



Nordhäuser Citylauf  
Nordhausen / 21.09.2014

□□□□

Flohr, Jörg

□□: Mühlheim am Main

□□: 308

□□: 6.60 km

2 Runden 6,6 km

□□□□:

Senioren M45

□□□: 28:18

□□: 12.72 km/h

□□□□: 4:17 min/km

□□□□□/□□□: 8 (of 58)

□□□□□/□: 7 (of 45)

□□□□□□: 23:50

□□□□□: 1(of 7)

□□□□□□□: 28:18

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Rundenzeit	3.30	14:06	4:16	1	-	8	2:22	3.30	14:06	4:16	1	-	31	
□□	3.30	14:12	4:18	1	-	5	2:06	6.60	28:18	4:17	1	-	7	4:28