



Nordhäuser Citylauf
 Nordhausen / 21.09.2014

□□□□

Hamann, Mike

□□: Harztor

□□: 357

□□: 6.60 km

2 Runden 6,6 km

□□□□:

Senioren M40

□□□: 36:05

□□: 9.98 km/h

□□□□: 5:28 min/km

□□□□□/□□□: 30 (of 58)

□□□□□/□: 29 (of 45)

□□□□□□: 23:50

□□□□□: 4(of 6)

□□□□□□□: 26:11

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□□ | □□□ | □□□ | □□ | □□ | □□ | □□ |
|------------|------|-------|--------|----|------|----|------|------|-------|--------|----|------|----|-------|
| | km | □□ | min/km | - | - | □ | □ | km | □□ | min/km | - | - | □ | □ |
| Rundenzeit | 3.30 | 17:47 | 5:23 | 4 | 4:56 | 32 | 6:03 | 3.30 | 17:47 | 5:23 | 4 | 4:56 | 7 | |
| □□ | 3.30 | 18:18 | 5:32 | 3 | 4:58 | 29 | 6:12 | 6.60 | 36:05 | 5:28 | 4 | 9:54 | 29 | 12:15 |