



Nordhäuser Citylauf
 Nordhausen / 21.09.2014

□□□□

Klaes, Ralf

□□: Team Hagentor

□□: 317

□□: 6.60 km

2 Runden 6,6 km

□□□□:

Senioren M45

□□□: 37:27

□□: 10.57 km/h

□□□□: 5:40 min/km

□□□□□/□□□: 39 (of 58)

□□□□□/□: 35 (of 45)

□□□□□□: 23:50

□□□□□: 7(of 7)

□□□□□□□: 28:18

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Rundenzeit	3.30	18:32	5:36	7	4:26	37	6:48	3.30	18:32	5:36	7	4:26	1	-
□□	3.30	18:55	5:43	7	4:43	32	6:49	6.60	37:27	5:40	7	9:09	35	13:37