



Nordhäuser Citylauf
 Nordhausen / 21.09.2014

□□□□

Wiemann, Thomas

□□: Laufgruppe VfL 28 Ellrich

□□: 460

□□: 9.90 km

3 Runden 9,9 km

□□□□:

Männer

□□□: 41:07

□□: 13.13 km/h

□□□□: 4:09 min/km

□□□□□/□□□: 8 (of 90)

□□□□□/□: 7 (of 75)

□□□□□□: 34:35

□□□□□: 2(of 9)

□□□□□□□: 39:14

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	3.30	13:20	4:02	2	0:45	5	1:37	3.30	13:20	4:02	2	0:45	51	
Rundenzeit	3.30	14:02	4:15	2	0:48	8	2:27	6.60	27:22	4:08	2	1:33	51	
□□	3.30	13:45	4:10	2	0:20	5	2:28	9.90	41:07	4:09	2	1:53	7	6:32