



Nordhäuser Citylauf
 Nordhausen / 21.09.2014

0000

Knape, Karsten

00: VG Nordhausen-Salza

00: 493

00: 9.90 km

3 Runden 9,9 km

0000:

Senioren M30

000: 45:16

00: 11.93 km/h

0000: 4:34 min/km

00000/000: 26 (of 90)

00000/0: 24 (of 75)

000000: 34:35

00000: 6(of 15)

0000000: 34:35

0000

0000

000

000	00	00	00	00	00	00	00	000	000	000	00	00	00	00
	km	00	min/km	-	-	0	0	km	00	min/km	-	-	0	0
Rundenzeit	3.30	14:25	4:22	5	2:42	17	2:42	3.30	14:25	4:22	6	2:42	70	
Rundenzeit	3.30	15:20	4:38	6	3:45	25	3:45	6.60	29:45	4:30	6	6:27	71	
00	3.30	15:31	4:42	7	4:14	29	4:14	9.90	45:16	4:34	6	10:41	24	10:41