



Nordhäuser Citylauf  
Nordhausen / 21.09.2014

□□□□

Schwarzkopf, Helmut

□□: SV Kyffhäuser

□□: 454

□□: 9.90 km

3 Runden 9,9 km

□□□□:

Senioren M60

□□□: 46:07

□□: 11.71 km/h

□□□□: 4:40 min/km

□□□□□/□□□: 30 (of 90)

□□□□□/□: 28 (of 75)

□□□□□□: 34:35

□□□□□: 1(of 5)

□□□□□□□: 46:07

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	3.30	15:15	4:37	1	-	31	3:32	3.30	15:15	4:37	1	-	58		
Rundenzeit	3.30	15:22	4:39	1	-	26	3:47	6.60	30:37	4:38	1	-	67		
□□	3.30	15:30	4:41	1	-	27	4:13	9.90	46:07	4:39	1	-	28	11:32	