



Nordhäuser Citylauf  
Nordhausen / 21.09.2014

□□□□

Tressel, Tobias

□□: Kirmesschöffenverein Wülfingerode

□□: 478

□□: 9.90 km

3 Runden 9,9 km

□□□□:

Senioren M30

□□□: 45:46

□□: 11.80 km/h

□□□□: 4:37 min/km

□□□□□/□□□: 28 (of 90)

□□□□□/□: 25 (of 75)

□□□□□□: 34:35

□□□□□: 7(of 15)

□□□□□□□: 34:35

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	3.30	14:52	4:30	7	3:09	26	3:09	3.30	14:52	4:30	7	3:09	66		
Rundenzeit	3.30	15:26	4:40	7	3:51	27	3:51	6.60	30:18	4:35	7	7:00	57		
□□	3.30	15:28	4:41	6	4:11	26	4:11	9.90	45:46	4:37	7	11:11	25	11:11	