



Nordhäuser Citylauf
Nordhausen / 21.09.2014

□□□□

Ehrhold, Sascha

□□: LV Altstadt 98 e.V. Nordhausen
□□: 407

□□: 9.90 km
3 Runden 9,9 km

□□□□:
Männer

□□□: 51:38

□□: 10.46 km/h
□□□□: 5:13 min/km

□□□□□/□□□: 47 (of 90)

□□□□□/□: 41 (of 75)

□□□□□□: 34:35

□□□□□: 5(of 9)

□□□□□□□: 39:14

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Rundenzeit	3.30	16:39	5:02	6	4:04	46	4:56	3.30	16:39	5:02	4	4:04	17	
Rundenzeit	3.30	18:00	5:27	5	4:46	50	6:25	6.60	34:39	5:15	4	8:50	18	
□□	3.30	16:59	5:08	5	3:34	36	5:42	9.90	51:38	5:12	5	12:24	41	17:03