



Nordhäuser Citylauf
 Nordhausen / 21.09.2014

□□□□

Heintze, Sandra

□□: Hainichläufer

□□: 418

□□: 9.90 km

3 Runden 9,9 km

□□□□:

Seniorinnen W40

□□□: 52:57

□□: 10.20 km/h

□□□□: 5:21 min/km

□□□□□/□□□: 52 (of 90)

□□□□□/□: 7 (of 15)

□□□□□□: 40:04

□□□□□: 1(of 3)

□□□□□□□: 52:57

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	3.30	17:25	5:16	1	-	6	4:03	3.30	17:25	5:16	1	-	7	4:03
Rundenzeit	3.30	17:38	5:20	1	-	6	4:17	6.60	35:03	5:18	1	-	7	8:20
□□	3.30	17:54	5:25	1	-	7	7:51	9.90	52:57	5:20	1	-	7	12:53