



Nordhäuser Citylauf  
Nordhausen / 21.09.2014

□□□□

Schneeberg, Frank

□□: -

□□: 450

□□: 9.90 km

3 Runden 9,9 km

□□□□:

Senioren M30

□□□: 54:58

□□: 9.82 km/h

□□□□: 5:33 min/km

□□□□□/□□□: 59 (of 90)

□□□□□/□: 52 (of 75)

□□□□□□: 34:35

□□□□□: 10(of 15)

□□□□□□□: 34:35

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Rundenzeit	3.30	16:49	5:05	10	5:06	47	5:06	3.30	16:49	5:05	11	5:06	3	
Rundenzeit	3.30	18:46	5:41	11	7:11	57	7:11	6.60	35:35	5:23	11	12:17	4	
□□	3.30	19:23	5:52	11	8:06	55	8:06	9.90	54:58	5:33	10	20:23	52	20:23