



Nordhäuser Citylauf  
Nordhausen / 21.09.2014

□□□□

Blanke, Ronny

□□: Plasma Service Europe GmbH

□□: 403

□□: 9.90 km

3 Runden 9,9 km

□□□□:

Senioren M30

□□□: 58:28

□□: 10.16 km/h

□□□□: 5:55 min/km

□□□□□/□□□: 69 (of 90)

□□□□□/□: 61 (of 75)

□□□□□□: 34:35

□□□□□: 12(of 15)

□□□□□□□: 34:35

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Rundenzeit	3.30	19:07	5:47	12	7:24	63	7:24	3.30	19:07	5:47	13	7:24	29	1:48
Rundenzeit	3.30	19:29	5:54	13	7:54	62	7:54	6.60	38:36	5:50	12	15:18	31	2:31
□□	3.30	19:52	6:01	12	8:35	58	8:35	9.90	58:28	5:54	12	23:53	61	23:53