



Nordhäuser Citylauf
 Nordhausen / 21.09.2014

□□□□

Wildner, Thorsten

□□: Fitness Crew \\Erfurt-Auf-Achse\\
 □□: 461

□□: 9.90 km
 3 Runden 9,9 km

□□□□:
 Senioren M45

□□□: 58:51

□□: 10.09 km/h
 □□□□: 5:56 min/km

□□□□□/□□□: 72 (of 90)

□□□□□/□: 64 (of 75)

□□□□□□: 34:35

□□□□□: 9(of 9)

□□□□□□□: 42:48

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	3.30	19:01	5:45	9	5:01	62	7:18	3.30	19:01	5:45	9	4:53	20	1:42
Rundenzeit	3.30	19:44	5:58	8	5:27	64	8:09	6.60	38:45	5:52	9	10:20	30	2:40
□□	3.30	20:06	6:05	9	5:43	65	8:49	9.90	58:51	5:56	9	16:03	64	24:16