



Nordhäuser Citylauf
Nordhausen / 21.09.2014

□□□□

Mrozik, Silvia

□□: 468

□□: 9.90 km
3 Runden 9,9 km

□□□□:
Seniorinnen W50

□□□: 1:00:51

□□: 8.87 km/h
□□□□: 6:09 min/km

□□□□□/□□□: 78 (of 90)

□□□□□/□: 12 (of 15)

□□□□□□: 40:04

□□□□□: 2(of 2)

□□□□□□□: 47:47

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Rundenzeit	3.30	20:46	6:17	2	2:04	13	7:24	3.30	20:46	6:17	2	2:04	12	7:24
Rundenzeit	3.30	20:15	6:08	2	1:13	12	6:54	6.60	41:01	6:12	2	3:17	12	14:18
□□	3.30	19:50	6:00	2	9:47	10	9:47	9.90	1:00:51	6:08	2	13:04	12	20:47