



# 11. Nordhäuser Citylauf

Nordhausen / 20.09.2015

□□□□

Trogisch, Volker

□□: VfL 28 Ellrich

□□: 494

□□: 9.90 km

3 Runden 9,9 km

□□□□:

Senioren M45

□□□: 40:39

□□: 13.28 km/h

□□□□□/□□□: 9 (of 135)

□□□□□/□: 9 (of 105)

□□□□□□: 35:25

□□□□□: 3(of 12)

□□□□□□□: 40:14

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	km/h	-	-	□	□	km	□□	km/h	-	-	□	□
Rundenzeit	3.30	13:26	13.40	3	0:19	11	1:41	3.30	13:26	13.40	3	0:19	11	1:41
Rundenzeit	3.30	13:41	13.15	3	0:15	8	1:49	6.60	27:07	13.28	3	0:34	12	3:30
□□	3.30	13:32	13.30	1	-	4	1:44	9.90	40:39	13.28	3	0:25	9	5:14