



# 11. Nordhäuser Citylauf

Nordhausen / 20.09.2015

□□□□

Lars, Kindervater

□□: Fsv schernberg

□□: 356

□□: 9.90 km

3 Runden 9,9 km

□□□□:

Senioren M45

□□□: 42:34

□□: 12.69 km/h

□□□□□/□□□: 15 (of 135)

□□□□□/□: 15 (of 105)

□□□□□□: 35:25

□□□□□: 4(of 12)

□□□□□□□: 40:14

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	km/h	-	-	□	□	km	□□	km/h	-	-	□	□
Rundenzeit	3.30	13:52	12.98	4	0:45	14	2:07	3.30	13:52	12.98	4	0:45	14	2:07
Rundenzeit	3.30	14:16	12.62	4	0:50	14	2:24	6.60	28:08	12.80	4	1:35	14	4:31
□□	3.30	14:26	12.47	4	0:54	17	2:38	9.90	42:34	12.69	4	2:20	15	7:09