



11. Nordhäuser Citylauf

Nordhausen / 20.09.2015

□□□□

Köppen, Klaus

□□: Tus Elbingerode

□□: 525

□□: 9.90 km

3 Runden 9,9 km

□□□□:

Senioren M55

□□□: 50:13

□□: 10.75 km/h

□□□□□/□□□: 63 (of 135)

□□□□□/□: 61 (of 105)

□□□□□□: 35:25

□□□□□: 6(of 11)

□□□□□□□: 43:21

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	3.30	16:19	11.03	6	2:03	63	4:34	3.30	16:19	11.03	6	2:03	63	4:34
Rundenzeit	3.30	16:47	10.72	6	2:19	61	4:55	6.60	33:06	10.88	5	4:22	58	9:29
□□	3.30	17:07	10.52	7	2:30	62	5:19	9.90	50:13	10.75	6	6:52	61	14:48