



11. Nordhäuser Citylauf

Nordhausen / 20.09.2015

□□□□

Mewes, Frank

□□□: 50:44

□□: Harztor-Läufer/ SV Hannovera e.V.

□□: 10.64 km/h

□□: 421

□□: 9.90 km

□□□□□/□□□: 67 (of 135)

3 Runden 9,9 km

□□□□□/□: 63 (of 105)

□□□□□□: 35:25

□□□□:

□□□□□: 8(of 11)

Senioren M40

□□□□□□□: 41:43

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	km/h	-	-	□	□	km	□□	km/h	-	-	□	□
Rundenzeit	3.30	16:03	11.21	7	2:12	59	4:18	3.30	16:03	11.21	7	2:12	59	4:18
Rundenzeit	3.30	17:09	10.50	9	3:15	65	5:17	6.60	33:12	10.84	6	5:27	59	9:35
□□	3.30	17:32	10.27	8	3:34	66	5:44	9.90	50:44	10.64	8	9:01	63	15:19