



# 11. Nordhäuser Citylauf

Nordhausen / 20.09.2015

□□□□

**Erny, Thomas**

□□: Academy of life e. V.

□□: 416

□□: 9.90 km

3 Runden 9,9 km

□□□□:

Senioren M45

□□□: 46:12

□□: 12.86 km/h

□□□□□/□□□: 36 (of 135)

□□□□□/□: 36 (of 105)

□□□□□□: 35:25

□□□□□: 8(of 12)

□□□□□□□: 40:14

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	3.30	14:57	13.24	8	1:50	31	3:12	3.30	14:57	13.24	8	1:50	31	3:12
Rundenzeit	3.30	15:36	12.69	9	2:10	39	3:44	6.60	30:33	12.96	9	4:00	37	6:56
□□	3.30	15:39	12.65	8	2:07	37	3:51	9.90	46:12	12.86	8	5:58	36	10:47