



11. Nordhäuser Citylauf

Nordhausen / 20.09.2015

□□□□

Grüne, Roman

□□: VFL Ellrich

□□: 516

□□: 9.90 km

3 Runden 9,9 km

□□□□:

Senioren M45

□□□: 55:18

□□: 9.76 km/h

□□□□□/□□□: 101 (of 135)

□□□□□/□: 88 (of 105)

□□□□□□: 35:25

□□□□□: 10(of 12)

□□□□□□□: 40:14

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	km/h	-	-	□	□	km	□□	km/h	-	-	□	□
Rundenzeit	3.30	19:16	9.34	11	6:09	94	7:31	3.30	19:16	9.34	11	6:09	94	7:31
Rundenzeit	3.30	18:15	9.86	10	4:49	82	6:23	6.60	37:31	9.60	11	10:58	93	13:54
□□	3.30	17:47	10.12	10	4:15	71	5:59	9.90	55:18	9.76	10	15:04	88	19:53