



12. NORDHÄUSER CITYLAUF

Nordhausen / 18.09.2016

□□□□

Knopf, Stephan

□□: Orthim Triathlon Team

□□: 542

□□: 6.60 km

2 Runden 6,6 km

□□□□:

Senioren M30

□□□: 24:07

□□: 14.93 km/h

□□□□: 3:39 min/km

□□□□□/□□□: 1 (of 65)

□□□□□/□: 1 (of 42)

□□□□□□: 24:07

□□□□□: 1(of 6)

□□□□□□□: 24:07

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Rundenzeit	3.30	11:48	3:34	1	-	1	-	3.30	11:48	3:34	1	-	1	-
□□	3.30	12:19	3:43	1	-	1	-	6.60	24:07	3:39	1	-	1	-