



# 12. NORDHÄUSER CITYLAUF

Nordhausen / 18.09.2016

□□□□

Hermansa, Steffen

□□: Nordhausen

□□: 348

□□: 6.60 km

2 Runden 6,6 km

□□□□:

Senioren M35

□□□: 34:19

□□: 11.54 km/h

□□□□: 5:12 min/km

□□□□□/□□□: 24 (of 65)

□□□□□/□: 24 (of 42)

□□□□□□: 24:07

□□□□□: 2(of 3)

□□□□□□□: 31:49

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Rundenzeit	3.30	16:40	5:03	2	1:14	26	4:52	3.30	16:40	5:03	2	1:14	26	4:52
□□	3.30	17:39	5:20	2	1:16	22	5:20	6.60	34:19	5:11	2	2:30	24	10:12