



12. NORDHÄUSER CITYLAUF

Nordhausen / 18.09.2016

□□□□

Urban, Heike

□□: VfI 28 Ellrich

□□: 357

□□: 6.60 km

2 Runden 6,6 km

□□□□:

Seniorinnen W50

□□□: 37:37

□□: 9.57 km/h

□□□□: 5:42 min/km

□□□□□/□□□: 39 (of 65)

□□□□□/□: 7 (of 23)

□□□□□□: 34:26

□□□□□: 1(of 1)

□□□□□□□: 37:37

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Rundenzeit	3.30	18:55	5:43	1	-	8	1:46	3.30	18:55	5:43	1	-	8	1:46
□□	3.30	18:42	5:40	1	-	5	1:25	6.60	37:37	5:41	1	-	7	3:11