



12. NORDHÄUSER CITYLAUF

Nordhausen / 18.09.2016

□□□□

Hellmund, Thomas

□□: SV Kleinfurra

□□: 381

□□: 6.60 km

2 Runden 6,6 km

□□□□:

Senioren M50

□□□: 39:29

□□: 9.12 km/h

□□□□: 5:59 min/km

□□□□□/□□□: 43 (of 65)

□□□□□/□: 35 (of 42)

□□□□□□: 24:07

□□□□□: 3(of 4)

□□□□□□□: 32:05

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Rundenzeit	3.30	19:04	5:46	3	3:40	37	7:16	3.30	19:04	5:46	3	3:40	37	7:16
□□	3.30	20:25	6:11	3	3:44	35	8:06	6.60	39:29	5:58	3	7:24	35	15:22