



# 12. NORDHÄUSER CITYLAUF

Nordhausen / 18.09.2016

□□□□

Hartmann, Sebastian

□□: Nordhausen

□□: 416

□□: 9.90 km

3 Runden 9,9 km

□□□□:

Senioren M30

□□□: 40:30

□□: 13.33 km/h

□□□□: 4:05 min/km

□□□□□/□□□: 5 (of 97)

□□□□□/□: 5 (of 74)

□□□□□□: 36:01

□□□□□: 4(of 10)

□□□□□□□: 37:39

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Rundenzeit	3.30	12:59	3:56	3	1:03	5	9:08	3.30	12:59	3:56	3	1:03	5	9:08
Rundenzeit	3.30	13:48	4:10	4	1:04	6	1:48	6.60	26:47	4:03	4	2:07	6	5:22
□□	3.30	13:43	4:09	4	0:48	5	1:29	9.90	40:30	4:05	4	2:51	6	6:25