12. NORDHÄUSER CITYLAUF

Nordhausen / 18.09.2016

□□□□

Kiel, Silke

□□: Harztor-Läufer /SV Hannovera e.V.
□□: 360

□□: 6.60 km
2 Runden 6,6 km

□□□□:
Seniorinnen W45

□□□: 41:51

□□: 9.46 km/h
□□□□: 6:20 min/km

□□□□□/□□□: 54 (of 65)
□□□□□/□: 15 (of 23)
□□□□□□: 34:26

□□□□□: 4(of 4)
□□□□□□□: 39:49

□□□□ □□□□ □□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	3.30	20:36	6:14	4	1:04	15	3:27	3.30	20:36	6:14	4	1:04	15	3:27
□□	3.30	21:15	6:26	4	1:07	14	3:58	6.60	41:51	6:20	4	2:02	15	7:25