



12. NORDHÄUSER CITYLAUF

Nordhausen / 18.09.2016

□□□□

Windolph, Peter

□□: LTV-Oberereichsfeld e.V.

□□: 489

□□: 9.90 km

3 Runden 9,9 km

□□□□:

Senioren M55

□□□: 47:36

□□: 12.48 km/h

□□□□: 4:49 min/km

□□□□□/□□□: 34 (of 97)

□□□□□/□: 34 (of 74)

□□□□□□: 36:01

□□□□□: 4(of 6)

□□□□□□□: 44:46

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ | □□□ | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|-------|------|---------|---------|---------|---------|
| Rundenzeit | 3.30 | 15:37 | 4:43 | 5 | 1:01 | 40 | 11:46 | 3.30 | 15:37 | 4:43 | 5 | 1:01 | 40 | 11:46 |
| Rundenzeit | 3.30 | 15:59 | 4:50 | 4 | 0:58 | 31 | 3:59 | 6.60 | 31:36 | 4:47 | 4 | 1:54 | 34 | 10:11 |
| □□ | 3.30 | 16:00 | 4:50 | 4 | 1:06 | 30 | 3:46 | 9.90 | 47:36 | 4:48 | 4 | 2:50 | 35 | 13:31 |