



12. NORDHÄUSER CITYLAUF

Nordhausen / 18.09.2016

□□□□

Schwarzkopf, Helmut

□□: Kyffhaeuserberglaufverein

□□: 452

□□: 9.90 km

3 Runden 9,9 km

□□□□:

Senioren M65

□□□: 48:54

□□: 11.04 km/h

□□□□: 4:56 min/km

□□□□□/□□□: 40 (of 97)

□□□□□/□: 39 (of 74)

□□□□□□: 36:01

□□□□□: 1(of 2)

□□□□□□□: 48:54

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Rundenzeit	3.30	16:07	4:53	1	-	47	12:16	3.30	16:07	4:53	1	-	47	12:16
Rundenzeit	3.30	16:26	4:58	1	-	37	4:26	6.60	32:33	4:55	1	-	42	11:08
□□	3.30	16:21	4:57	1	-	37	4:07	9.90	48:54	4:56	1	-	40	14:49