



12. NORDHÄUSER CITYLAUF

Nordhausen / 18.09.2016

□□□□

Lützkendorf, Falk

□□: Omi Schecki Gedächtnislaufgruppe

□□: 436

□□: 9.90 km

3 Runden 9,9 km

□□□□:

Senioren M55

□□□: 50:08

□□: 10.77 km/h

□□□□: 5:04 min/km

□□□□□/□□□: 46 (of 97)

□□□□□/□: 45 (of 74)

□□□□□□: 36:01

□□□□□: 6(of 6)

□□□□□□□: 44:46

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	3.30	16:23	4:57	6	1:47	53	12:32	3.30	16:23	4:57	6	1:47	53	12:32	
Rundenzeit	3.30	16:53	5:06	5	1:52	42	4:53	6.60	33:16	5:02	6	3:34	46	11:51	
□□	3.30	16:52	5:06	6	1:58	43	4:38	9.90	50:08	5:03	6	5:22	46	16:03	