



12. NORDHÄUSER CITYLAUF

Nordhausen / 18.09.2016

□□□□

Rieder, Carsten

□□: SVC

□□: 482

□□: 9.90 km

3 Runden 9,9 km

□□□□:

Senioren M35

□□□: 52:22

□□: 10.31 km/h

□□□□: 5:17 min/km

□□□□□/□□□: 58 (of 97)

□□□□□/□: 54 (of 74)

□□□□□□: 36:01

□□□□□: 8(of 15)

□□□□□□□: 36:01

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	3.30	16:06	4:52	4	4:19	46	12:15	3.30	16:06	4:52	4	4:19	46	12:15	
Rundenzeit	3.30	17:53	5:25	7	5:53	53	5:53	6.60	33:59	5:08	7	10:12	50	12:34	
□□	3.30	18:23	5:34	8	6:09	58	6:09	9.90	52:22	5:17	8	16:21	55	18:17	