



12. NORDHÄUSER CITYLAUF

Nordhausen / 18.09.2016

□□□□

Schneeberg, Frank

□□: RRC Nordhausen

□□: 424

□□: 9.90 km

3 Runden 9,9 km

□□□□:

Senioren M35

□□□: 54:23

□□: 9.93 km/h

□□□□: 5:29 min/km

□□□□□/□□□: 65 (of 97)

□□□□□/□: 57 (of 74)

□□□□□□: 36:01

□□□□□: 9(of 15)

□□□□□□□: 36:01

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Rundenzeit	3.30	16:38	5:02	9	4:51	55	12:47	3.30	16:38	5:02	9	4:51	55	12:47
Rundenzeit	3.30	18:10	5:30	9	6:10	56	6:10	6.60	34:48	5:16	9	11:01	56	13:23
□□	3.30	19:35	5:56	11	7:21	65	7:21	9.90	54:23	5:29	9	18:22	58	20:18