



12. NORDHÄUSER CITYLAUF

Nordhausen / 18.09.2016

□□□□

Apel, Michaela

□□: Leinefelde

□□: 454

□□: 9.90 km

3 Runden 9,9 km

□□□□:

Seniorinnen W30

□□□: 55:35

□□: 9.72 km/h

□□□□: 5:37 min/km

□□□□□/□□□: 72 (of 97)

□□□□□/□: 10 (of 23)

□□□□□□: 48:15

□□□□□: 1(of 5)

□□□□□□□: 55:35

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Rundenzeit	3.30	17:31	5:18	1	-	9	2:20	3.30	17:31	5:18	1	-	9	2:20
Rundenzeit	3.30	18:49	5:42	1	-	10	2:30	6.60	36:20	5:30	1	-	10	4:50
□□	3.30	19:15	5:50	1	-	11	2:45	9.90	55:35	5:36	1	-	10	7:20