



12. NORDHÄUSER CITYLAUF

Nordhausen / 18.09.2016

□□□□

Blanke, Ronny

□□: Plasma Service Europe GmbH

□□: 403

□□: 9.90 km

3 Runden 9,9 km

□□□□:

Senioren M35

□□□: 55:15

□□: 9.77 km/h

□□□□: 5:35 min/km

□□□□□/□□□: 71 (of 97)

□□□□□/□: 62 (of 74)

□□□□□□: 36:01

□□□□□: 10(of 15)

□□□□□□□: 36:01

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	3.30	18:12	5:30	11	6:25	66	14:21	3.30	18:12	5:30	11	6:25	66	14:21	
Rundenzeit	3.30	18:30	5:36	10	6:30	61	6:30	6.60	36:42	5:33	11	12:55	65	15:17	
□□	3.30	18:33	5:37	9	6:19	59	6:19	9.90	55:15	5:34	10	19:14	63	21:10	