



12. NORDHÄUSER CITYLAUF

Nordhausen / 18.09.2016

□□□□

Bertram, Dirk

□□: SV Herrmannsacker

□□: 431

□□: 9.90 km

3 Runden 9,9 km

□□□□:

Senioren M45

□□□: 57:54

□□: 9.33 km/h

□□□□: 5:51 min/km

□□□□□/□□□: 80 (of 97)

□□□□□/□: 67 (of 74)

□□□□□□: 36:01

□□□□□: 7(of 7)

□□□□□□□: 41:19

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	3.30	17:55	5:25	7	4:15	64	14:04	3.30	17:55	5:25	7	4:15	64	14:04
Rundenzeit	3.30	20:03	6:04	7	6:08	70	8:03	6.60	37:58	5:45	7	10:23	68	16:33
□□	3.30	19:56	6:02	7	6:12	66	7:42	9.90	57:54	5:50	7	16:35	68	23:49