



33. Nordhäuser Silvesterlauf 2019

Nordhausen / 31.12.2019

□□□□

Konschak, Ulrich

□□□: 29:13

□□: Orthim Triathlon Team

□□: 14.38 km/h

□□: 16

□□□□: 4:10 min/km

□□: 7.00 km

□□□□□/□□□: 7 (of 59)

Pokallauf

□□□□□/□: 7 (of 45)

□□□□:

□□□□□□: 27:19

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□□□: 2(of 7)

□□□□□□□: 28:29