



5. Trefffurter Stadtlauf

Treffurt / 13.09.2008

□□□□

Trogisch, Volker

□□: VFL 28 Ellrich

□□: 1736

□□: 10.60 km

Geländelauf

□□□□:

Männer M40

□□□: 43:23

□□: 13.83 km/h

□□□□: 4:05 min/km

□□□□□/□□□: 35 (of 171)

□□□□□/□: 35 (of 140)

□□□□□□: 34:20

□□□□□: 5(of 19)

□□□□□□□: 40:29

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Adolfsburg	7.60	31:49	4:11	5	1:34	30	6:17	7.60	31:49	4:11	16		34	6:17
□□	3.00	11:34	3:51	11	1:23	53	2:46	10.60	43:23	4:05	5	2:54	35	9:03