



# 5. Trefffurter Stadtlauf

Treffurt / 13.09.2008

□□□□

**Held, Matthias**

□□: sc impuls erfurt

□□: 1624

□□: 10.60 km

Geländelauf

□□□□:

Männer M35

□□□: 44:25

□□: 13.51 km/h

□□□□: 4:11 min/km

□□□□□/□□□: 44 (of 171)

□□□□□/□: 44 (of 140)

□□□□□□: 34:20

□□□□□: 9(of 21)

□□□□□□□: 40:08

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Adolfsburg	7.60	33:46	4:26	10	3:28	46	8:14	7.60	33:46	4:26	14		43	8:14
□□	3.00	10:39	3:33	7	0:49	26	1:51	10.60	44:25	4:11	9	4:17	44	10:05