



5. Trefffurter Stadtlauf

Treffurt / 13.09.2008

□□□□

Wahl, Immo

□□: Sportfreund thüringer wald

□□: 1799

□□: 10.60 km

Geländelauf

□□□□:

Männer M20

□□□: 45:18

□□: 13.25 km/h

□□□□: 4:16 min/km

□□□□□/□□□: 49 (of 171)

□□□□□/□: 49 (of 140)

□□□□□□: 34:20

□□□□□: 9(of 19)

□□□□□□□: 34:20

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Adolfsburg | 7.60 | 33:57 | 4:28 | 9 | 8:25 | 47 | 8:25 | 7.60 | 33:57 | 4:28 | 12 | | 48 | 8:25 |
| □□ | 3.00 | 11:21 | 3:46 | 9 | 2:33 | 46 | 2:33 | 10.60 | 45:18 | 4:16 | 9 | 10:58 | 49 | 10:58 |