



5. Trefffurter Stadtlauf

Trefffurt / 13.09.2008

□□□□

Kurch, Jörg

□□: VFL 28 Ellrich

□□: 1646

□□: 10.60 km

Geländelauf

□□□□:

Männer M45

□□□: 46:23

□□: 12.94 km/h

□□□□: 4:23 min/km

□□□□□/□□□: 59 (of 171)

□□□□□/□: 59 (of 140)

□□□□□□: 34:20

□□□□□: 7(of 20)

□□□□□□□: 39:49

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Adolfsburg	7.60	34:49	4:34	7	4:28	58	9:17	7.60	34:49	4:34	15		58	9:17
□□	3.00	11:34	3:51	5	2:06	53	2:46	10.60	46:23	4:22	7	6:34	59	12:03