



5. Trefffurter Stadtlauf

Treffurt / 13.09.2008

□□□□

Jacob, Sören

□□: Gerstungen

□□: 1808

□□: 10.60 km

Geländelauf

□□□□:

Männer M40

□□□: 48:02

□□: 12.49 km/h

□□□□: 4:32 min/km

□□□□□/□□□: 67 (of 171)

□□□□□/□: 67 (of 140)

□□□□□□: 34:20

□□□□□: 12(of 19)

□□□□□□□: 40:29

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Adolfsburg	7.60	36:33	4:48	14	6:18	70	11:01	7.60	36:33	4:48	9	1:59	66	11:01
□□	3.00	11:29	3:49	10	1:18	48	2:41	10.60	48:02	4:31	12	7:33	67	13:42