



5. Trefffurter Stadtlauf

Trefffurt / 13.09.2008

□□□□

Lesser, Holger

□□: Gotha

□□: 1648

□□: 10.60 km

Geländelauf

□□□□:

Männer M45

□□□: 53:32

□□: 11.21 km/h

□□□□: 5:03 min/km

□□□□□/□□□: 104 (of 171)

□□□□□/□: 97 (of 140)

□□□□□□: 34:20

□□□□□: 16(of 20)

□□□□□□□: 39:49

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Adolfsburg	7.60	40:40	5:21	16	10:19	98	15:08	7.60	40:40	5:21	6	2:30	95	15:08
□□	3.00	12:52	4:17	13	3:24	85	4:04	10.60	53:32	5:03	16	13:43	97	19:12