



5. Trefffurter Stadtlauf

Treffurt / 13.09.2008

□□□□

Koch, Siegfried

□□: SV Mihla

□□: 1662

□□: 10.60 km

Geländelauf

□□□□:

Männer M55

□□□: 55:12

□□: 10.87 km/h

□□□□: 5:13 min/km

□□□□□/□□□: 114 (of 171)

□□□□□/□: 106 (of 140)

□□□□□□: 34:20

□□□□□: 9(of 14)

□□□□□□□: 42:09

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Adolfsburg	7.60	40:49	5:22	8	9:29	99	15:17	7.60	40:49	5:22	9	9:29	103	15:17
□□	3.00	14:23	4:47	12	3:34	122	5:35	10.60	55:12	5:12	9	13:03	106	20:52