



5. Trefffurter Stadtlauf

Trefffurt / 13.09.2008

□□□□

Heim, Heidi

□□: Trefffurt

□□: 1713

□□: 10.60 km

Geländelauf

□□□□:

Frauen W50

□□□: 57:51

□□: 10.37 km/h

□□□□: 5:28 min/km

□□□□□/□□□: 132 (of 171)

□□□□□/□: 13 (of 31)

□□□□□□: 48:40

□□□□□: 1(of 1)

□□□□□□□: 57:51

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Adolfsburg	7.60	43:58	5:47	1	-	13	7:30	7.60	43:58	5:47	1	-	18	6:59
□□	3.00	13:53	4:37	1	-	11	1:41	10.60	57:51	5:27	1	-	13	9:11