



4. Lauf "Rund um die Sportlerklausur"

Frauenwald / 15.08.2009

□□□□

Seidler, Bernd

□□□: 47:08

□□: Stadtilm

□□: 12.73 km/h

□□: 844

□□□□: 4:29 min/km

□□: 10.50 km

□□□□□/□□□: 30 (of 135)

10, 5 km-Lauf

□□□□□/□: 29 (of 109)

□□□□:

□□□□□: 5(of 14)

Männer M40

□□□□□□□: 39:14