



6. Trefffurter Stadtlauf

Trefffurt / 12.09.2009

□□□□

Filbrich, Jens

□□: SV Frankenhain

□□: 2124

□□: 10.10 km

Geländelauf

□□□□:

Männer M30

□□□: 34:13

□□: 17.71 km/h

□□□□: 3:23 min/km

□□□□□/□□□: 6 (of 178)

□□□□□/□: 6 (of 139)

□□□□□□: 33:00

□□□□□: 1(of 11)

□□□□□□□: 34:13

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Adolfsburg	7.20	25:24	3:31	1	-	5	1:01	7.20	25:24	3:31	1	-	5	0:58
□□	3.00	8:49	2:56	1	-	3	0:15	10.10	34:13	3:23	1	-	6	1:13