



# 6. Trefffurter Stadtlauf

Trefffurt / 12.09.2009

□□□□

**Bing, Thomas**

□□: Rhöner WSV

□□: 2140

□□: 10.10 km

Geländelauf

□□□□:

männliche Jugend A

□□□: 34:37

□□: 17.51 km/h

□□□□: 3:26 min/km

□□□□□/□□□: 7 (of 178)

□□□□□/□: 7 (of 139)

□□□□□□: 33:00

□□□□□: 2(of 5)

□□□□□□□: 33:46

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Adolfsburg	7.20	25:24	3:31	2	0:26	5	1:01	7.20	25:24	3:31	2	0:26	5	0:58
□□	3.00	9:13	3:04	2	0:25	6	0:39	10.10	34:37	3:25	2	0:51	7	1:37