



6. Trefffurter Stadtlauf

Treffurt / 12.09.2009

□□□□

Meister, Frank

□□: Lauffreunde Gotha

□□: 2190

□□: 10.10 km

Geländelauf

□□□□:

Männer M45

□□□: 39:26

□□: 15.22 km/h

□□□□: 3:54 min/km

□□□□□/□□□: 12 (of 178)

□□□□□/□: 12 (of 139)

□□□□□□: 33:00

□□□□□: 1(of 25)

□□□□□□□: 39:26

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Adolfsburg	7.20	29:37	4:06	2	0:10	15	5:14	7.20	29:37	4:06	14	-	11	5:11
□□	3.00	9:49	3:16	1	-	7	1:15	10.10	39:26	3:54	1	-	12	6:26