



6. Trefffurter Stadtlauf

Treffurt / 12.09.2009

□□□□

Löppen, Reinhard

□□: SV Emsetal

□□: 2030

□□: 10.10 km

Geländelauf

□□□□:

Männer M45

□□□: 39:55

□□: 15.03 km/h

□□□□: 3:57 min/km

□□□□□/□□□: 17 (of 178)

□□□□□/□: 17 (of 139)

□□□□□□: 33:00

□□□□□: 3(of 25)

□□□□□□□: 39:26

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Adolfsburg	7.20	29:53	4:09	3	0:26	17	5:30	7.20	29:53	4:09	24		16	5:27
□□	3.00	10:02	3:20	2	0:13	13	1:28	10.10	39:55	3:57	3	0:29	17	6:55