



# 6. Trefffurter Stadtlauf

Trefffurt / 12.09.2009

□□□□

**Kurch, Sebastian**

□□: VfL 28 Ellrich

□□: 2034

□□: 10.10 km

Geländelauf

□□□□:

Männer M20

□□□: 39:57

□□: 15.02 km/h

□□□□: 3:58 min/km

□□□□□/□□□: 18 (of 178)

□□□□□/□: 18 (of 139)

□□□□□□: 33:00

□□□□□: 6(of 19)

□□□□□□□: 33:00

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Adolfsburg	7.20	29:45	4:07	5	5:22	16	5:22	7.20	29:45	4:07	15		17	5:19
□□	3.00	10:12	3:23	5	1:38	15	1:38	10.10	39:57	3:57	6	6:57	18	6:57