



6. Trefffurter Stadtlauf

Treffurt / 12.09.2009

□□□□

Gauditz, Christian

□□: SV Normania Treffurt

□□: 2107

□□: 10.10 km

Geländelauf

□□□□:

Männer M30

□□□: 40:47

□□: 14.71 km/h

□□□□: 4:02 min/km

□□□□□/□□□: 20 (of 178)

□□□□□/□: 20 (of 139)

□□□□□□: 33:00

□□□□□: 2(of 11)

□□□□□□□: 34:13

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Adolfsburg	7.20	30:11	4:11	2	4:47	19	5:48	7.20	30:11	4:11	2	4:47	19	5:45
□□	3.00	10:36	3:31	3	1:47	21	2:02	10.10	40:47	4:02	2	6:34	20	7:47