



6. Trefffurter Stadtlauf

Treffurt / 12.09.2009

□□□□

Pelzel, Mario

□□: VfL 28 Ellrich

□□: 2130

□□: 10.10 km

Geländelauf

□□□□:

Männer M40

□□□: 42:41

□□: 14.06 km/h

□□□□: 4:14 min/km

□□□□□/□□□: 32 (of 178)

□□□□□/□: 31 (of 139)

□□□□□□: 33:00

□□□□□: 6(of 23)

□□□□□□□: 37:31

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Adolfsburg	7.20	31:49	4:25	7	4:14	29	7:26	7.20	31:49	4:25	18		29	7:23
□□	3.00	10:52	3:37	4	0:56	24	2:18	10.10	42:41	4:13	6	5:10	31	9:41