



6. Trefffurter Stadtlauf

Trefffurt / 12.09.2009

□□□□

Kurch, Jörg

□□: VfL 28 Ellrich

□□: 2031

□□: 10.10 km

Geländelauf

□□□□:

Männer M50

□□□: 43:37

□□: 13.76 km/h

□□□□: 4:19 min/km

□□□□□/□□□: 40 (of 178)

□□□□□/□: 39 (of 139)

□□□□□□: 33:00

□□□□□: 5(of 11)

□□□□□□□: 41:14

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Adolfsburg	7.20	32:35	4:31	5	2:36	40	8:12	7.20	32:35	4:31	5	2:36	37	8:09
□□	3.00	11:02	3:40	2	0:07	28	2:28	10.10	43:37	4:19	5	2:23	39	10:37