



6. Trefffurter Stadtlauf

Treffurt / 12.09.2009

□□□□

Kühn, Michael

□□: VfL 28 Ellrich

□□: 2129

□□: 10.10 km

Geländelauf

□□□□:

Männer M40

□□□: 43:41

□□: 13.87 km/h

□□□□: 4:20 min/km

□□□□□/□□□: 41 (of 178)

□□□□□/□: 40 (of 139)

□□□□□□: 33:00

□□□□□: 9(of 23)

□□□□□□□: 37:31

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Adolfsburg	7.20	32:19	4:29	9	4:44	36	7:56	7.20	32:19	4:29	15		36	7:53
□□	3.00	11:22	3:47	8	1:26	39	2:48	10.10	43:41	4:19	9	6:10	40	10:41