



6. Trefffurter Stadtlauf

Treffurt / 12.09.2009

□□□□

Eisenbrandt, Frank

□□: SV Normania Treffurt

□□: 2167

□□: 10.10 km

Geländelauf

□□□□:

Männer M45

□□□: 45:13

□□: 13.27 km/h

□□□□: 4:29 min/km

□□□□□/□□□: 51 (of 178)

□□□□□/□: 49 (of 139)

□□□□□□: 33:00

□□□□□: 6(of 25)

□□□□□□□: 39:26

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□□ | □□□ | □□□ | □□ | □□ | □□ | □□ |
|------------|------|-------|--------|----|------|----|------|-------|-------|--------|----|------|----|-------|
| | km | □□ | min/km | - | - | □ | □ | km | □□ | min/km | - | - | □ | □ |
| Adolfsburg | 7.20 | 33:56 | 4:42 | 7 | 4:29 | 48 | 9:33 | 7.20 | 33:56 | 4:42 | 21 | | 47 | 9:30 |
| □□ | 3.00 | 11:17 | 3:45 | 5 | 1:28 | 37 | 2:43 | 10.10 | 45:13 | 4:28 | 6 | 5:47 | 49 | 12:13 |