



6. Trefffurter Stadtlauf

Treffurt / 12.09.2009

□□□□

Pohl, Wolfgang

□□: SV Normania Treffurt

□□: 2062

□□: 10.10 km

Geländelauf

□□□□:

Männer M55

□□□: 46:07

□□: 13.14 km/h

□□□□: 4:34 min/km

□□□□□/□□□: 55 (of 178)

□□□□□/□: 53 (of 139)

□□□□□□: 33:00

□□□□□: 3(of 8)

□□□□□□□: 41:49

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Adolfsburg	7.20	34:27	4:47	3	3:32	52	10:04	7.20	34:27	4:47	3	3:32	51	10:01
□□	3.00	11:40	3:53	3	0:46	52	3:06	10.10	46:07	4:33	3	4:18	53	13:07