



6. Trefffurter Stadtlauf

Treffurt / 12.09.2009

□□□□

Seever, Thorsten

□□: Lauftreff AlteburgArnstadt

□□: 2083

□□: 10.10 km

Geländelauf

□□□□:

Männer M35

□□□: 46:16

□□: 12.97 km/h

□□□□: 4:35 min/km

□□□□□/□□□: 57 (of 178)

□□□□□/□: 55 (of 139)

□□□□□□: 33:00

□□□□□: 8(of 14)

□□□□□□□: 39:13

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Adolfsburg	7.20	34:11	4:44	7	5:25	50	9:48	7.20	34:11	4:44	7	5:25	53	9:45
□□	3.00	12:05	4:01	7	2:06	66	3:31	10.10	46:16	4:34	8	7:03	55	13:16