



6. Trefffurter Stadtlauf

Treffurt / 12.09.2009

□□□□

Kühnpast, Frank

□□: Saalfelder LV

□□: 2033

□□: 10.10 km

Geländelauf

□□□□:

Männer M40

□□□: 46:27

□□: 12.92 km/h

□□□□: 4:36 min/km

□□□□□/□□□: 58 (of 178)

□□□□□/□: 56 (of 139)

□□□□□□: 33:00

□□□□□: 11(of 23)

□□□□□□□: 37:31

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Adolfsburg	7.20	34:37	4:48	11	7:02	55	10:14	7.20	34:37	4:48	13		54	10:11
□□	3.00	11:50	3:56	11	1:54	59	3:16	10.10	46:27	4:35	11	8:56	56	13:27