



6. Trefffurter Stadtlauf

Trefffurt / 12.09.2009

□□□□

Kountouridis, Andreas

□□: SV EINHEIT WORBIS

□□: 2018

□□: 10.10 km

Geländelauf

□□□□:

männliche Jugend B

□□□: 46:56

□□: 12.91 km/h

□□□□: 4:39 min/km

□□□□□/□□□: 63 (of 178)

□□□□□/□: 61 (of 139)

□□□□□□: 33:00

□□□□□: 3(of 3)

□□□□□□□: 43:08

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Adolfsburg	7.20	35:28	4:55	3	3:25	63	11:05	7.20	35:28	4:55	3	3:25	59	11:02
□□	3.00	11:28	3:49	3	0:23	45	2:54	10.10	46:56	4:38	3	3:48	61	13:56