



6. Trefffurter Stadtlauf

Treffurt / 12.09.2009

□□□□

Braunholz, Danilo

□□: SV Normania Treffurt

□□: 2100

□□: 10.10 km

Geländelauf

□□□□:

Männer M40

□□□: 48:34

□□: 12.35 km/h

□□□□: 4:49 min/km

□□□□□/□□□: 78 (of 178)

□□□□□/□: 73 (of 139)

□□□□□□: 33:00

□□□□□: 13(of 23)

□□□□□□□: 37:31

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Adolfsburg	7.20	36:40	5:05	15	9:05	76	12:17	7.20	36:40	5:05	11	1:44	70	12:14
□□	3.00	11:54	3:58	13	1:58	61	3:20	10.10	48:34	4:48	13	11:03	73	15:34