



6. Trefffurter Stadtlauf

Treffurt / 12.09.2009

□□□□

Cron, Holger

□□: SV Normania Treffurt

□□: 2123

□□: 10.10 km

Geländelauf

□□□□:

Männer M20

□□□: 49:07

□□: 12.22 km/h

□□□□: 4:52 min/km

□□□□□/□□□: 83 (of 178)

□□□□□/□: 77 (of 139)

□□□□□□: 33:00

□□□□□: 12(of 19)

□□□□□□□: 33:00

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Adolfsburg	7.20	35:45	4:57	10	11:22	65	11:22	7.20	35:45	4:57	9		74	11:19
□□	3.00	13:22	4:27	16	4:48	100	4:48	10.10	49:07	4:51	12	16:07	77	16:07