



6. Trefffurter Stadtlauf

Trefffurt / 12.09.2009

□□□□

Mähler, Ulf

□□: SV Günthersleben

□□: 2182

□□: 10.10 km

Geländelauf

□□□□:

Männer M40

□□□: 49:21

□□: 12.16 km/h

□□□□: 4:53 min/km

□□□□□/□□□: 86 (of 178)

□□□□□/□: 79 (of 139)

□□□□□□: 33:00

□□□□□: 15(of 23)

□□□□□□□: 37:31

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Adolfsburg	7.20	36:36	5:04	13	9:01	73	12:13	7.20	36:36	5:04	9	1:40	76	12:10
□□	3.00	12:45	4:15	15	2:49	85	4:11	10.10	49:21	4:53	15	11:50	79	16:21