



6. Trefffurter Stadtlauf

Trefffurt / 12.09.2009

□□□□

Wand, Thomas

□□: Eisenach

□□: 2075

□□: 10.10 km

Geländelauf

□□□□:

Männer M35

□□□: 52:20

□□: 11.46 km/h

□□□□: 5:11 min/km

□□□□□/□□□: 111 (of 178)

□□□□□/□: 100 (of 139)

□□□□□□: 33:00

□□□□□: 12(of 14)

□□□□□□□: 39:13

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Adolfsburg	7.20	39:37	5:30	10	10:51	98	15:14	7.20	39:37	5:30	10	10:51	96	15:11
□□	3.00	12:43	4:14	9	2:44	83	4:09	10.10	52:20	5:10	12	13:07	100	19:20