



6. Trefffurter Stadtlauf

Trefffurt / 12.09.2009

□□□□

Junghans, Andre

□□: SV Normania Trefffurt

□□: 2104

□□: 10.10 km

Geländelauf

□□□□:

Männer M40

□□□: 55:10

□□: 10.88 km/h

□□□□: 5:28 min/km

□□□□□/□□□: 130 (of 178)

□□□□□/□: 113 (of 139)

□□□□□□: 33:00

□□□□□: 19(of 23)

□□□□□□□: 37:31

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Adolfsburg	7.20	40:48	5:39	17	13:13	105	16:25	7.20	40:48	5:39	6	5:52	109	16:22
□□	3.00	14:22	4:47	20	4:26	117	5:48	10.10	55:10	5:27	19	17:39	113	22:10