



6. Trefffurter Stadtlauf

Trefffurt / 12.09.2009

□□□□

Grebe, Martin

□□: Eisenach

□□: 2101

□□: 10.10 km

Geländelauf

□□□□:

Männer M45

□□□: 55:11

□□: 10.87 km/h

□□□□: 5:28 min/km

□□□□□/□□□: 131 (of 178)

□□□□□/□: 114 (of 139)

□□□□□□: 33:00

□□□□□: 20(of 25)

□□□□□□□: 39:26

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Adolfsburg	7.20	41:18	5:44	20	11:51	107	16:55	7.20	41:18	5:44	7	5:03	110	16:52
□□	3.00	13:53	4:37	20	4:04	108	5:19	10.10	55:11	5:27	20	15:45	114	22:11