



6. Trefffurter Stadtlauf

Trefffurt / 12.09.2009

□□□□

Horn, Sebastian

□□: AC Apolda

□□: 2010

□□: 10.10 km

Geländelauf

□□□□:

Männer M20

□□□: 59:08

□□: 10.15 km/h

□□□□: 5:51 min/km

□□□□□/□□□: 153 (of 178)

□□□□□/□: 127 (of 139)

□□□□□□: 33:00

□□□□□: 19(of 19)

□□□□□□□: 33:00

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Adolfsburg	7.20	43:33	6:02	18	19:10	123	19:10	7.20	43:33	6:02	2	6:36	123	19:07
□□	3.00	15:35	5:11	18	7:01	128	7:01	10.10	59:08	5:51	19	26:08	127	26:08