



6. Trefffurter Stadtlauf

Treffurt / 12.09.2009

□□□□

Fehr, Uwe

□□: SV Normania

□□: 2155

□□: 10.10 km

Geländelauf

□□□□:

Männer M45

□□□: 1:01:40

□□: 9.83 km/h

□□□□: 6:07 min/km

□□□□□/□□□: 163 (of 178)

□□□□□/□: 134 (of 139)

□□□□□□: 33:00

□□□□□: 25(of 25)

□□□□□□□: 39:26

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Adolfsburg | 7.20 | 46:25 | 6:26 | 25 | 16:58 | 130 | 22:02 | 7.20 | 46:25 | 6:26 | 2 | 10:10 | 130 | 21:59 |
| □□ | 3.00 | 15:15 | 5:04 | 24 | 5:26 | 127 | 6:41 | 10.10 | 1:01:40 | 6:06 | 25 | 22:14 | 134 | 28:40 |