



6. Trefffurter Stadtlauf

Treffurt / 12.09.2009

□□□□

Helle, Katrin

□□: Lauffreunde Gotha

□□: 2037

□□: 10.10 km

Geländelauf

□□□□:

Frauen W45

□□□: 1:03:34

□□: 9.44 km/h

□□□□: 6:17 min/km

□□□□□/□□□: 168 (of 178)

□□□□□/□: 33 (of 39)

□□□□□□: 41:58

□□□□□: 6(of 8)

□□□□□□□: 43:43

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Adolfsburg	7.20	47:25	6:35	5	15:10	31	16:32	7.20	47:25	6:35	6	15:10	14	1:13
□□	3.00	16:09	5:22	6	4:41	32	5:04	10.10	1:03:34	6:17	6	19:51	33	21:36