



6. Trefffurter Stadtlauf

Treffurt / 12.09.2009

□□□□

Metz, Karin

□□: Spargelläufer Herbsleben

□□: 2029

□□: 10.10 km

Geländelauf

□□□□:

Frauen W55

□□□: 1:06:01

□□: 9.18 km/h

□□□□: 6:32 min/km

□□□□□/□□□: 172 (of 178)

□□□□□/□: 35 (of 39)

□□□□□□: 41:58

□□□□□: 3(of 3)

□□□□□□□: 53:53

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Adolfsburg	7.20	49:35	6:53	3	9:04	35	18:42	7.20	49:35	6:53	3	9:04	16	3:23
□□	3.00	16:26	5:28	3	3:04	33	5:21	10.10	1:06:01	6:32	3	12:08	35	24:03