



# 6. Trefffurter Stadtlauf

Trefffurt / 12.09.2009

□□□□

## Steinke, Gudrun

□□: Saalfelder LV

□□: 2150

□□: 10.10 km

Geländelauf

□□□□:

Frauen W70

□□□: 1:11:14

□□: 8.42 km/h

□□□□: 7:03 min/km

□□□□□/□□□: 176 (of 178)

□□□□□/□: 38 (of 39)

□□□□□□: 41:58

□□□□□: 1(of 1)

□□□□□□□: 1:11:14

□□□□

□□□□

□□□

| □□□        | □□   | □□    | □□     | □□ | □□ | □□ | □□    | □□□   | □□□     | □□□    | □□ | □□ | □□ | □□    |
|------------|------|-------|--------|----|----|----|-------|-------|---------|--------|----|----|----|-------|
|            | km   | □□    | min/km | -  | -  | □  | □     | km    | □□      | min/km | -  | -  | □  | □     |
| Adolfsburg | 7.20 | 53:05 | 7:22   | 1  | -  | 37 | 22:12 | 7.20  | 53:05   | 7:22   | 1  | -  | 19 | 6:53  |
| □□         | 3.00 | 18:09 | 6:02   | 1  | -  | 37 | 7:04  | 10.10 | 1:11:14 | 7:03   | 1  | -  | 38 | 29:16 |