



# 11. Trefffurter Stadtlauf

Treffurt / 13.09.2014

□□□□

**Helms, Dieter**

□□: Unterpörlitz

□□: 5034

□□: 10.60 km

Geländelauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 56:07

□□: 10.69 km/h

□□□□: 5:30 min/km

□□□□□/□□□: 96 (of 149)

□□□□□/□: 82 (of 115)

□□□□□□: 35:35

□□□□□: 15(of 18)

□□□□□□□: 45:37