



# 30. Warendorfer Emssee Jubiläums-Volkslauf

Warendorf / 05.09.2009

## Detailauswertung

**Koch, Oliver**

Verein: Bernd Münstermann GmbH

Startnummer: 630

Strecke: 5,00 km

Jedermannlauf

Kategorie:

Männer M40

Gesamt-Zeit: 23:14

Geschwindigkeit: 12,91 km/h

Laufleistung: 4:39 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 22 (von 75)

Strecken-Platzierung/Männer: 20 (von 52)

Bestzeit der Strecke: 17:51

Kategorie-Platzierung: 5(von 8)

Bestzeit in der Kategorie: 18:29