



## 30. Warendorfer Emssee Jubiläums-Volkslauf

Warendorf / 05.09.2009

### Detailauswertung

**Frisch, Martin**

Verein: Active Runner

Startnummer: 1007

Strecke: 21,10 km

LBS-Halbmarathon

Kategorie:

Männer M45

**Gesamt-Zeit: 1:38:11**

Geschwindigkeit: 12,83 km/h

Laufleistung: 4:39 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 21 (von 104)

Strecken-Platzierung/Männer: 20 (von 85)

Bestzeit der Strecke: 1:24:16

Kategorie-Platzierung: 8(von 19)

Bestzeit in der Kategorie: 1:29:38