



# 30. Warendorfer Emssee Jubiläums-Volkslauf

Warendorf / 05.09.2009

## Detailauswertung

**Upphoff, Alexander**

Verein: LG Ems Warendorf  
Startnummer: 494

Strecke: 2,30 km

Schülerlauf

Kategorie:

männliche Schüler D

Gesamt-Zeit: 10:31

Geschwindigkeit: 13,12 km/h

Laufleistung: 4:34 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 27 (von 283)

Strecken-Platzierung/Männer: 21 (von 137)

Bestzeit der Strecke: 8:43

Kategorie-Platzierung: 6(von 59)

Bestzeit in der Kategorie: 9:13