



31. Warendorfer Emssee-Lauf  
Warendorf / 04.09.2010

Detailauswertung

Frielingsdorf, Ralf

Verein: WSU  
Startnummer: 740

Strecke: 10,00 km  
Volkslauf

Kategorie:  
Männer M40

Gesamt-Zeit: 49:22

Geschwindigkeit: 12,15 km/h  
Laufleistung: 4:56 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 49 (von 141)  
Strecken-Platzierung/Männer: 48 (von 105)  
Bestzeit der Strecke: 33:16

Kategorie-Platzierung: 10(von 21)  
Bestzeit in der Kategorie: 39:00