



31. Warendorfer Emssee-Lauf  
Warendorf / 04.09.2010

Detailauswertung

Uphoff, Alexander

Verein: LG Ems Warendorf  
Startnummer: 360

Strecke: 2,30 km  
Schülerlauf

Kategorie:  
männliche Schüler C

Gesamt-Zeit: 10:41

Geschwindigkeit: 12,92 km/h  
Laufleistung: 4:38 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 37 (von 158)  
Strecken-Platzierung/Männer: 30 (von 84)  
Bestzeit der Strecke: 8:31

Kategorie-Platzierung: 11(von 23)  
Bestzeit in der Kategorie: 9:10