



# Urkunde

**Demming, Frank**

---

Arnsberg

**Jogginglauf 5.00 km**

**2. Platz Senioren M45 (45-49 Jahre)**

**8. Platz Strecke (männlich)**

**Zeit: 00:28:19 h (5:40 min/km)**

Wir gratulieren  
zur erfolgreichen  
Teilnahme.