



29. Emssee Volkslauf  
Warendorf / 06.09.2008

evaluación detallada

**Pokorny, Ralph**

Asociación: 1. FC Köln  
Dorsal: 1031

recorrido: 21.10 km  
Halbmarathon

categoría:  
Männer M45

tiempo total: 1:29:47

velocidad: 14.03 km/h  
rendimiento en carrera: 4:16 min/km

posición en el recorrido/Total: 18 (de 142)  
posición en el recorrido/Men: 17 (de 107)  
mejor tiempo del recorrido: 1:18:01

posición en la categoría: 3(de 25)  
mejor tiempo en la categoría: 1:27:25