



## 30. Warendorfer Emssee Jubiläums-Volkslauf

Warendorf / 05.09.2009

### evaluación detallada

**Ridder, Arno**

Asociación: TV Flerke

Dorsal: 1076

recorrido: 21.10 km

LBS-Halbmarathon

categoría:

Männer M50

tiempo total: 2:01:14

velocidad: 10.39 km/h

rendimiento en carrera: 5:45 min/km

posición en el recorrido/Total: 80 (de 104)

posición en el recorrido/Men: 72 (de 85)

mejor tiempo del recorrido: 1:24:16

posición en la categoría: 15(de 20)

mejor tiempo en la categoría: 1:28:21