



31. Warendorfer Emssee-Lauf

Warendorf / 04.09.2010

evaluación detallada

Lammers, Jan-Bernd

Asociación: Freckenhorst

Dorsal: 720

recorrido: 10.00 km

Volkslauf

categoría:

Männer M40

tiempo total: 43:01

velocidad: 13.95 km/h

rendimiento en carrera: 4:18 min/km

posición en el recorrido/Total: 18 (de 141)

posición en el recorrido/Men: 17 (de 105)

mejor tiempo del recorrido: 33:16

posición en la categoría: 4(de 21)

mejor tiempo en la categoría: 39:00