



## 30. Warendorfer Emssee Jubiläums-Volkslauf

Warendorf / 05.09.2009

### Exploitation détaillée

#### Lackamp, Steffen

Association: LG Ems Warendorf

Dossard: 493

Circuit: 2.30 km

Schülerlauf

Catégorie:

männliche Schüler C

Temps total: 10:20

Vitesse: 11.61 km/h

Kilométrage: 4:29 min/km

Place par parcours/Total: 23 (de 283)

Place par parcours/Hommes: 17 (de 137)

Meilleur temps dans le parcours: 8:43

Place par catégorie: 2(de 34)

Meilleur temps dans la catégorie: 10:08