



## 30. Warendorfer Emssee Jubiläums-Volkslauf

Warendorf / 05.09.2009

### Exploitation détaillée

**Warode, Udo**

Association: VfL Sassenberg

Dossard: 626

Circuit: 5.00 km

Jedermannlauf

Catégorie:

Männer M45

Temps total: 26:39

Vitesse: 11.26 km/h

Kilométrage: 5:20 min/km

Place par parcours/Total: 37 (de 75)

Place par parcours/Hommes: 32 (de 52)

Meilleur temps dans le parcours: 17:51

Place par catégorie: 6(de 6)

Meilleur temps dans la catégorie: 19:19