



## 30. Warendorfer Emssee Jubiläums-Volkslauf

Warendorf / 05.09.2009

### Exploitation détaillée

**Lammers, Jan-Bernd**

Association: Warendorf

Dossard: 834

Circuit: 10.00 km

Volkslauf

Catégorie:

Männer M35

Temps total: 45:19

Vitesse: 13.24 km/h

Kilométrage: 4:32 min/km

Place par parcours/Total: 33 (de 167)

Place par parcours/Hommes: 30 (de 127)

Meilleur temps dans le parcours: 34:12

Place par catégorie: 8(de 24)

Meilleur temps dans la catégorie: 34:12