



## 30. Warendorfer Emssee Jubiläums-Volkslauf

Warendorf / 05.09.2009

### Exploitation détaillée

**Middendorf, Thomas**

Association: Warendorf

Dossard: 837

Circuit: 10.00 km

Volkslauf

Catégorie:

Männer M45

Temps total: 56:36

Vitesse: 10.60 km/h

Kilométrage: 5:40 min/km

Place par parcours/Total: 127 (de 167)

Place par parcours/Hommes: 106 (de 127)

Meilleur temps dans le parcours: 34:12

Place par catégorie: 13(de 17)

Meilleur temps dans la catégorie: 39:14