



31. Warendorfer Emssee-Lauf  
Warendorf / 04.09.2010

Exploitation détaillée

**Ruppert, Ralf**

Association: LG Oelde  
Dossard: 1057

Circuit: 21.10 km  
Halbmarathon

Catégorie:  
Männer M45

Temps total: 1:44:17

Vitesse: 12.08 km/h  
Kilométrage: 4:56 min/km

Place par parcours/Total: 48 (de 113)  
Place par parcours/Hommes: 40 (de 90)  
Meilleur temps dans le parcours: 1:16:59  
Place par catégorie: 14(de 23)  
Meilleur temps dans la catégorie: 1:18:46