



29. Emssee Volkslauf
Warendorf / 06.09.2008

□□□□

Pokorny, Ralph

□□: 1. FC Köln

□□: 1031

□□: 21.10 km

Halbmarathon

□□□□:

Männer M45

□□□: 1:29:47

□□: 14.03 km/h

□□□□: 4:16 min/km

□□□□□/□□□: 18 (of 142)

□□□□□/□: 17 (of 107)

□□□□□□: 1:18:01

□□□□□: 3(of 25)

□□□□□□□: 1:27:25