



# 30. Warendorfer Emssee Jubiläums-Volkslauf

Warendorf / 05.09.2009

□□□□

**Warode, Udo**

□□: VfL Sassenberg

□□: 626

□□: 5.00 km

Jedermannlauf

□□□□:

Männer M45

□□□: 26:39

□□: 11.26 km/h

□□□□: 5:20 min/km

□□□□□/□□□: 37 (of 75)

□□□□□/□: 32 (of 52)

□□□□□□: 17:51

□□□□□: 6(of 6)

□□□□□□□: 19:19