



# 30. Warendorfer Emssee Jubiläums-Volkslauf

Warendorf / 05.09.2009

□□□□

Lammers, Jan-Bernd

□□□: 45:19

□□: Warendorf

□□: 13.24 km/h

□□: 834

□□□□: 4:32 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 33 (of 167)

Volkslauf

□□□□□/□: 30 (of 127)

□□□□□□: 34:12

□□□□:

□□□□□: 8(of 24)

Männer M35

□□□□□□□: 34:12