



30. Warendorfer Emssee Jubiläums-Volkslauf

Warendorf / 05.09.2009

□□□□

Flaskkamp, Michael

□□□: 1:35:48

□□: Cool-Runnings-Beelen

□□: 13.15 km/h

□□: 1105

□□□□: 4:32 min/km

□□: 21.10 km

□□□□□/□□□: 16 (of 104)

LBS-Halbmarathon

□□□□□/□: 15 (of 85)

□□□□:

□□□□□□: 1:24:16

Männer M30

□□□□□: 2(of 6)

□□□□□□□: 1:25:47