



30. Warendorfer Emssee Jubiläums-Volkslauf

Warendorf / 05.09.2009

□□□□

Kastrup, Benedikt

□□: TSVE 1890 Bielefeld

□□: 1066

□□: 21.10 km

LBS-Halbmarathon

□□□□:

Männer M40

□□□: 1:41:35

□□: 12.40 km/h

□□□□: 4:49 min/km

□□□□□/□□□: 30 (of 104)

□□□□□/□: 29 (of 85)

□□□□□□: 1:24:16

□□□□□: 2(of 13)

□□□□□□□: 1:40:54