



30. Warendorfer Emssee Jubiläums-Volkslauf

Warendorf / 05.09.2009

□□□□

Pohlmann, Gerd

□□□: 1:48:54

□□: Tus 07 Freckenhorst

□□: 11.57 km/h

□□: 1083

□□□□: 5:10 min/km

□□: 21.10 km

□□□□□/□□□: 48 (of 104)

LBS-Halbmarathon

□□□□□/□: 47 (of 85)

□□□□:

□□□□□: 1:24:16

Männer M45

□□□□□: 14(of 19)

□□□□□□□: 1:29:38