



# 30. Warendorfer Emssee Jubiläums-Volkslauf

Warendorf / 05.09.2009

□□□□

Lange, Heinz Dieter

□□□: 2:05:52

□□: Greffen

□□: 10.01 km/h

□□: 1014

□□□□: 5:58 min/km

□□: 21.10 km

□□□□□/□□□: 89 (of 104)

LBS-Halbmarathon

□□□□□/□: 78 (of 85)

□□□□:

□□□□□: 1:24:16

Männer M50

□□□□□: 18(of 20)

□□□□□□□: 1:28:21