



# 30. Warendorfer Emssee Jubiläums-Volkslauf

Warendorf / 05.09.2009

□□□□

Malzahn, Ruth

□□: Lünen

□□: 1039

□□: 21.10 km

LBS-Halbmarathon

□□□□:

Frauen W50

□□□: 2:19:07

□□: 9.06 km/h

□□□□: 6:35 min/km

□□□□□/□□□: 98 (of 104)

□□□□□/□: 17 (of 19)

□□□□□□: 1:34:06

□□□□□: 3(of 4)

□□□□□□□: 2:08:53