



31. Warendorfer Emssee-Lauf  
Warendorf / 04.09.2010

□□□□

Middendorf, Rainer

□□: VfI Ahaus

□□: 1113

□□: 21.10 km

Halbmarathon

□□□□:

Männer M40

□□□: 1:33:27

□□: 13.48 km/h

□□□□: 4:26 min/km

□□□□□/□□□: 17 (of 113)

□□□□□/□: 16 (of 90)

□□□□□□: 1:16:59

□□□□□: 4(of 15)

□□□□□□□: 1:16:59