



31. Warendorfer Emssee-Lauf  
Warendorf / 04.09.2010

□□□□

Grambach, Adelheid-Fiffi

□□: LC Solbad Ravensberg

□□: 1098

□□: 21.10 km

Halbmarathon

□□□□:

Frauen W45

□□□: 1:35:32

□□: 13.19 km/h

□□□□: 4:32 min/km

□□□□□/□□□: 28 (of 113)

□□□□□/□: 5 (of 23)

□□□□□□: 1:30:57

□□□□□: 2(of 5)

□□□□□□□: 1:30:57