



Henneseer Panorama Lauf  
Meschede - Henneseer / 15.04.2012

□□□□

Reuther, Frank

□□: Laufgruppe Interprint

□□: 504

□□: 17.50 km

Panorama Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:37:14

□□: 10.49 km/h

□□□□: 5:34 min/km

□□□□□/□□□: 54 (of 82)

□□□□□/□: 51 (of 66)

□□□□□□: 1:05:47

□□□□□: 13(of 16)

□□□□□□□: 1:14:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
5,2 km	5.20	31:21	6:01	13	6:22	48	10:13	5.20	31:21	6:01	13	6:11	10	1:40
10,0 km	4.80	26:14	5:27	13	6:19	49	8:30	10.00	57:35	5:45	13	12:30	10	2:54
□□	7.50	39:39	5:17	15	10:12	52	12:44	17.50	1:37:14	5:33	13	22:42	51	31:27