



Hennesee Panorama Lauf  
 Meschede - Hennesee / 15.04.2012

□□□□

Poggel, Liane

□□: Eslohe

□□: 502

□□: 17.50 km

Panorama Lauf

□□□□:

Seniorinnen W50 (50-54 Jahre)

□□□: 1:37:18

□□: 10.48 km/h

□□□□: 5:34 min/km

□□□□□/□□□: 56 (of 82)

□□□□□/□: 4 (of 16)

□□□□□□: 1:28:30

□□□□□: 1(of 7)

□□□□□□□: 1:37:18

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
5,2 km	5.20	31:31	6:03	1	-	4	1:46	5.20	31:31	6:03	1	-	4	1:27
10,0 km	4.80	26:23	5:29	1	-	4	2:44	10.00	57:54	5:47	1	-	4	4:11
□□	7.50	39:24	5:15	3	0:57	6	4:37	17.50	1:37:18	5:33	1	-	4	8:48