



Hennesee Panorama Lauf  
 Meschede - Hennesee / 15.04.2012

□□□□

Schmedtmann, Dirk

□□: LG Burg Wiedenbrück

□□: 538

□□: 17.50 km

Panorama Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:38:26

□□: 10.36 km/h

□□□□: 5:37 min/km

□□□□□/□□□: 58 (of 82)

□□□□□/□: 54 (of 66)

□□□□□□: 1:05:47

□□□□□: 16(of 16)

□□□□□□□: 1:14:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
5,2 km	5.20	33:34	6:27	16	8:35	59	12:26	5.20	33:34	6:27	16	8:24	21	3:53
10,0 km	4.80	26:20	5:29	14	6:25	50	8:36	10.00	59:54	5:59	16	14:49	21	5:13
□□	7.50	38:32	5:08	13	9:05	49	11:37	17.50	1:38:26	5:37	16	23:54	54	32:39