



Henneseer Panorama Lauf  
 Meschede - Henneseer / 15.04.2012

□□□□

Schäfer, Ulrike

□□: TC Kray 1892

□□: 550

□□: 17.50 km

Panorama Lauf

□□□□:

Seniorinnen W50 (50-54 Jahre)

□□□: 1:39:34

□□: 10.24 km/h

□□□□: 5:41 min/km

□□□□□/□□□: 61 (of 82)

□□□□□/□: 5 (of 16)

□□□□□□: 1:28:30

□□□□□: 2(of 7)

□□□□□□□: 1:37:18

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
5,2 km	5.20	32:45	6:17	2	1:14	5	3:00	5.20	32:45	6:17	2	1:14	5	2:41
10,0 km	4.80	26:58	5:37	3	0:35	6	3:19	10.00	59:43	5:58	2	1:49	5	6:00
□□	7.50	39:51	5:18	4	1:24	8	5:04	17.50	1:39:34	5:41	2	2:16	5	11:04