



Hennesee Panorama Lauf
Meschede - Hennesee / 15.04.2012

□□□□

Unkel, Wibke

□□: Arnsberg

□□: 515

□□: 17.50 km

Panorama Lauf

□□□□:

Seniorinnen W35 (35-39 Jahre)

□□□: 1:41:04

□□: 10.09 km/h

□□□□: 5:47 min/km

□□□□□/□□□: 66 (of 82)

□□□□□/□: 9 (of 16)

□□□□□□: 1:28:30

□□□□□: 2(of 2)

□□□□□□□: 1:29:05

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
5,2 km	5.20	33:36	6:27	2	3:51	10	3:51	5.20	33:36	6:27	2	3:51	9	3:32
10,0 km	4.80	26:58	5:37	2	2:48	6	3:19	10.00	1:00:34	6:03	2	6:39	9	6:51
□□	7.50	40:30	5:24	2	5:20	9	5:43	17.50	1:41:04	5:46	2	11:59	9	12:34