



Hennesee Panorama Lauf
 Meschede - Hennesee / 15.04.2012

□□□□

Hofmann, Rainer

□□: Vega Sprinter Hennesee

□□: 585

□□: 17.50 km

Panorama Lauf

□□□□:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 1:41:29

□□: 10.05 km/h

□□□□: 5:48 min/km

□□□□□/□□□: 68 (of 82)

□□□□□/□: 59 (of 66)

□□□□□□: 1:05:47

□□□□□: 5(of 7)

□□□□□□□: 1:17:28

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
5,2 km	5.20	33:02	6:21	5	7:16	57	11:54	5.20	33:02	6:21	5	7:16	26	3:21
10,0 km	4.80	28:26	5:55	5	7:49	58	10:42	10.00	1:01:28	6:08	5	15:05	26	6:47
□□	7.50	40:01	5:20	4	8:56	57	13:06	17.50	1:41:29	5:47	5	24:01	59	35:42