



Hennesee Panorama Lauf
Meschede - Hennesee / 15.04.2012

□□□□

Vallée, Gabriele

□□: Möhnesee

□□: 532

□□: 17.50 km

Panorama Lauf

□□□□:

Seniorinnen W50 (50-54 Jahre)

□□□: 1:41:48

□□: 10.02 km/h

□□□□: 5:49 min/km

□□□□□/□□□: 69 (of 82)

□□□□□/□: 10 (of 16)

□□□□□□: 1:28:30

□□□□□: 5(of 7)

□□□□□□□: 1:37:18

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
5,2 km	5.20	33:29	6:26	5	1:58	9	3:44	5.20	33:29	6:26	5	1:58	10	3:25
10,0 km	4.80	27:33	5:44	4	1:10	8	3:54	10.00	1:01:02	6:06	5	3:08	10	7:19
□□	7.50	40:46	5:26	5	2:19	10	5:59	17.50	1:41:48	5:49	5	4:30	10	13:18