



Henneseer Panorama Lauf

Meschede - Henneseer / 15.04.2012

□□□□

Maiwald, Thorsten

□□: Laufgruppe Interprint

□□: 520

□□: 17.50 km

Panorama Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 1:47:06

□□: 9.52 km/h

□□□□: 6:07 min/km

□□□□□/□□□□: 74 (of 82)

□□□□□/□: 62 (of 66)

□□□□□□: 1:05:47

□□□□□: 9(of 10)

□□□□□□□: 1:10:10

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
5,2 km	5.20	33:20	6:24	8	10:38	58	12:12	5.20	33:20	6:24	9	10:38	29	3:39
10,0 km	4.80	29:03	6:03	9	10:12	62	11:19	10.00	1:02:23	6:14	9	20:50	29	7:42
□□	7.50	44:43	5:57	9	16:06	61	17:48	17.50	1:47:06	6:07	9	36:56	62	41:19