



Hennesee Panorama Lauf

Meschede - Hennesee / 15.04.2012

□□□□

Wildner, Sabine

□□: LG Wiedenbrueck

□□: 565

□□: 17.50 km

Panorama Lauf

□□□□:

Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:49:01

□□: 9.36 km/h

□□□□: 6:14 min/km

□□□□□/□□□: 75 (of 82)

□□□□□/□: 13 (of 16)

□□□□□□: 1:28:30

□□□□□: 4(of 5)

□□□□□□□: 1:31:03

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
5,2 km	5.20	36:16	6:58	5	6:07	16	6:31	5.20	36:16	6:58	4	6:07	13	6:12
10,0 km	4.80	29:04	6:03	4	4:27	13	5:25	10.00	1:05:20	6:31	4	10:34	13	11:37
□□	7.50	43:41	5:49	4	7:24	13	8:54	17.50	1:49:01	6:13	4	17:58	13	20:31