



Hennesee Panorama Lauf

Meschede - Hennesee / 15.04.2012

□□□□

Vallee, Raymond

□□: Warstein

□□: 568

□□: 17.50 km

Panorama Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 1:52:44

□□: 9.05 km/h

□□□□: 6:26 min/km

□□□□□/□□□: 79 (of 82)

□□□□□/□: 63 (of 66)

□□□□□□: 1:05:47

□□□□□: 14(of 14)

□□□□□□□: 1:18:12

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
5,2 km	5.20	36:25	7:00	14	10:47	63	15:17	5.20	36:25	7:00	14	10:47	30	6:44
10,0 km	4.80	29:56	6:14	14	8:55	63	12:12	10.00	1:06:21	6:38	14	19:42	30	11:40
□□	7.50	46:23	6:11	14	14:50	62	19:28	17.50	1:52:44	6:26	14	34:32	63	46:57