



Henneseer Panorama Lauf
Meschede - Henneseer / 15.04.2012

□□□□

Mikschaitis, Thorsten

□□: Nachrodt-Wiblingwerde

□□: 582

□□: 17.50 km

Panorama Lauf

□□□□:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 1:52:49

□□: 9.04 km/h

□□□□: 6:27 min/km

□□□□□/□□□: 80 (of 82)

□□□□□/□: 64 (of 66)

□□□□□□: 1:05:47

□□□□□: 9(of 9)

□□□□□□□: 1:05:47

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
5,2 km	5.20	32:18	6:12	8	11:10	52	11:10	5.20	32:18	6:12	8	11:10	31	2:37
10,0 km	4.80	28:49	6:00	8	11:05	59	11:05	10.00	1:01:07	6:06	8	22:15	31	6:26
□□	7.50	51:42	6:53	8	24:47	64	24:47	17.50	1:52:49	6:26	9	47:02	64	47:02