



Hennesee Panorama Lauf  
Meschede - Hennesee / 15.04.2012

□□□□

Fraenheim, Nicole

□□: Marathon Soest

□□: 664

□□: 10.00 km

10.000 m Lauf

□□□□:

Seniorinnen W35 (35-39 Jahre)

□□□: 48:03

□□: 12.49 km/h

□□□□: 4:48 min/km

□□□□□/□□□: 6 (of 30)

□□□□□/□: 2 (of 8)

□□□□□□: 39:47

□□□□□: 1(of 1)

□□□□□□□: 48:03

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Wendestelle	5.00	23:51	4:46	1	-	2	3:42	5.00	23:51	4:46	1	-	2	3:42
□□	5.00	24:12	4:50	1	-	2	4:34	10.00	48:03	4:48	1	-	2	8:16