



Hennesee Panorama Lauf
 Meschede - Hennesee / 15.04.2012

□□□□

Mense, Lars

□□: Soest

□□: 653

□□: 10.00 km

10.000 m Lauf

□□□□:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 48:09

□□: 12.46 km/h

□□□□: 4:49 min/km

□□□□□/□□□: 7 (of 30)

□□□□□/□: 5 (of 22)

□□□□□□: 33:34

□□□□□: 1(of 2)

□□□□□□□: 48:09

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Wendestelle	5.00	24:47	4:57	1	-	9	8:10	5.00	24:47	4:57	1	-	19	
□□	5.00	23:22	4:40	1	-	4	6:25	10.00	48:09	4:48	1	-	5	14:35