



Henneseer Panorama Lauf
Meschede - Henneseer / 15.04.2012

□□□□

Gießau, Reiner

□□: Soester Tri Team
□□: 501

□□: 17.50 km
Panorama Lauf

□□□□:
Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 1:18:12

□□: 13.04 km/h
□□□□: 4:28 min/km

□□□□□/□□□: 8 (of 82)

□□□□□/□: 8 (of 66)

□□□□□□: 1:05:47

□□□□□: 1(of 14)

□□□□□□□: 1:18:12

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
5,2 km	5.20	25:38	4:55	1	-	7	4:30	5.20	25:38	4:55	1	-	41	
10,0 km	4.80	21:01	4:22	1	-	7	3:17	10.00	46:39	4:39	1	-	41	
□□	7.50	31:33	4:12	1	-	8	4:38	17.50	1:18:12	4:28	1	-	8	12:25