



Hennesee Panorama Lauf
Meschede - Hennesee / 15.04.2012

□□□□

Salewski, Olaf

□□: GROB-FAHR-LÄSSIG

□□: 513

□□: 17.50 km

Panorama Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:25:14

□□: 12.32 km/h

□□□□: 4:52 min/km

□□□□□/□□□: 21 (of 82)

□□□□□/□: 21 (of 66)

□□□□□□: 1:05:47

□□□□□: 7(of 16)

□□□□□□□: 1:14:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
5,2 km	5.20	27:28	5:16	7	2:29	20	6:20	5.20	27:28	5:16	7	2:18	54	
10,0 km	4.80	23:04	4:48	7	3:09	20	5:20	10.00	50:32	5:03	7	5:27	54	
□□	7.50	34:42	4:37	7	5:15	23	7:47	17.50	1:25:14	4:52	7	10:42	21	19:27