



## 2. Hennesee Panorama Lauf

Meschede - Hennesee / 05.10.2014

□□□□

Griggel, Heinz

□□: Essen

□□: 687

□□: 17.50 km

Panorama Lauf

□□□□:

Senioren M65 (65-69 Jahre)

□□□: 1:58:01

□□: 8.64 km/h

□□□□: 6:44 min/km

□□□□□/□□□: 67 (of 71)

□□□□□/□: 52 (of 54)

□□□□□□: 1:08:26

□□□□□: 2(of 2)

□□□□□□□: 1:30:14

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□□	5.00	34:38	6:55	2	6:30	52	14:26	5.00	34:38	6:55	2	6:30	25	5:02	
Kontrolle	5.00	33:57	6:47	2	7:36	52	13:44	10.00	1:08:35	6:51	2	14:06	25	8:22	
□□□	5.00	32:21	6:28	2	8:11	52	13:36	15.00	1:40:56	6:43	2	22:17	25	12:59	
□□	2.50	17:05	6:49	2	5:30	52	7:59	17.50	1:58:01	6:44	2	27:47	52	49:35	