



## 2. Hennesee Panorama Lauf

Meschede - Hennesee / 05.10.2014

□□□□

Schürmann, Holger

□□: Lemmestadt

□□: 741

□□: 10.00 km

10.000 m Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 52:49

□□: 11.36 km/h

□□□□: 5:17 min/km

□□□□□/□□□□: 6 (of 26)

□□□□□□/□: 4 (of 9)

□□□□□□: 39:35

□□□□□: 1(of 1)

□□□□□□□: 52:49

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□   | □□    | □□     | □□ | □□ | □□ | □□   | □□□   | □□□   | □□□    | □□ | □□ | □□ | □□    |
|-----|------|-------|--------|----|----|----|------|-------|-------|--------|----|----|----|-------|
|     | km   | □□    | min/km | -  | -  | □  | □    | km    | □□    | min/km | -  | -  | □  | □     |
| □□□ | 5.00 | 26:50 | 5:21   | 1  | -  | 4  | 6:53 | 5.00  | 26:50 | 5:21   | 1  | -  | 4  | 6:53  |
| □□  | 5.00 | 25:59 | 5:11   | 1  | -  | 4  | 6:21 | 10.00 | 52:49 | 5:16   | 1  | -  | 4  | 13:14 |