



2. Hennesee Panorama Lauf
 Meschede - Hennesee / 05.10.2014

□□□□

Reinsch, Christoph

□□: SG RWE Arnsberg

□□: 690

□□: 17.50 km

Panorama Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 1:23:50

□□: 12.17 km/h

□□□□: 4:47 min/km

□□□□□/□□□: 20 (of 71)

□□□□□/□: 18 (of 54)

□□□□□□: 1:08:26

□□□□□: 6(of 10)

□□□□□□□: 1:15:30

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□□	5.00	25:28	5:05	6	3:12	20	5:16	5.00	25:28	5:05	7	3:12	48		
Kontrolle	5.00	24:33	4:54	5	2:35	17	4:20	10.00	50:01	5:00	7	5:47	48		
□□□	5.00	22:30	4:30	6	2:08	16	3:45	15.00	1:12:31	4:50	7	7:35	48		
□□	2.50	11:19	4:31	6	1:29	18	2:13	17.50	1:23:50	4:47	6	8:20	18	15:24	