2. Hennesee Panorama Lauf

Meschede - Hennesee / 05.10.2014

□□□□

Salewski, Olaf

□□: GROB-FAHR-LÄSSIG
□□: 637

□□: 17.50 km
Panorama Lauf

□□□□:
Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 1:28:13

□□: 11.90 km/h
□□□□: 5:02 min/km

□□□□□/□□□: 26 (of 71)
□□□□□/□: 24 (of 54)
□□□□□□: 1:08:26

□□□□□: 4(of 10)
□□□□□□□: 1:17:17

□□□□ □□□□ □□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□□	5.00	26:05	5:13	4	2:48	23	5:53	5.00	26:05	5:13	4	2:48	50	
Kontrolle	5.00	25:42	5:08	4	2:45	24	5:29	10.00	51:47	5:10	4	5:33	50	
□□□	5.00	24:40	4:56	5	4:04	27	5:55	15.00	1:16:27	5:05	4	9:37	50	
□□	2.50	11:46	4:42	5	1:19	25	2:40	17.50	1:28:13	5:02	4	10:56	24	19:47