



2. Hennesee Panorama Lauf

Meschede - Hennesee / 05.10.2014

□□□□

Irmiler, Günther

□□: DLRG-Schmallenberg

□□: 689

□□: 17.50 km

Panorama Lauf

□□□□:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 1:32:07

□□: 11.40 km/h

□□□□: 5:16 min/km

□□□□□/□□□: 35 (of 71)

□□□□□/□: 30 (of 54)

□□□□□□: 1:08:26

□□□□□: 3(of 5)

□□□□□□□: 1:20:55

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□□	5.00	27:58	5:35	3	3:48	30	7:46	5.00	27:58	5:35	3	3:48	3	
Kontrolle	5.00	26:52	5:22	3	3:03	32	6:39	10.00	54:50	5:29	3	6:51	3	
□□□	5.00	24:55	4:59	3	3:06	31	6:10	15.00	1:19:45	5:18	3	9:57	3	
□□	2.50	12:22	4:56	3	1:15	31	3:16	17.50	1:32:07	5:15	3	11:12	30	23:41