



2. Hennesee Panorama Lauf

Meschede - Hennesee / 05.10.2014

□□□□

Alliger, Jürgen

□□: VEGA Sprinter Hennesee

□□: 709

□□: 17.50 km

Panorama Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:40:21

□□: 10.46 km/h

□□□□: 5:44 min/km

□□□□□/□□□: 50 (of 71)

□□□□□/□: 41 (of 54)

□□□□□□: 1:08:26

□□□□□: 9(of 11)

□□□□□□□: 1:22:29

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ km | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|-----------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| □□□ | 5.00 | 29:31 | 5:54 | 9 | 5:13 | 40 | 9:19 | 5.00 | 29:31 | 5:54 | 9 | 4:27 | 10 | | |
| Kontrolle | 5.00 | 29:06 | 5:49 | 10 | 4:46 | 42 | 8:53 | 10.00 | 58:37 | 5:51 | 9 | 9:05 | 10 | | |
| □□□ | 5.00 | 28:18 | 5:39 | 11 | 6:18 | 46 | 9:33 | 15.00 | 1:26:55 | 5:47 | 9 | 15:23 | 10 | | |
| □□ | 2.50 | 13:26 | 5:22 | 10 | 2:29 | 45 | 4:20 | 17.50 | 1:40:21 | 5:44 | 9 | 17:52 | 41 | 31:55 | |