



## 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

□□: 10.16 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