



2. Hennesee Panorama Lauf

Meschede - Hennesee / 05.10.2014

□□□□

Kipry, Volker

□□: TV Flerke

□□: 601

□□: 17.50 km

Panorama Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:40:27

□□: 10.15 km/h

□□□□: 5:44 min/km

□□□□□/□□□: 51 (of 71)

□□□□□/□: 42 (of 54)

□□□□□□: 1:08:26

□□□□□: 10(of 11)

□□□□□□□: 1:22:29

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ km | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|-----------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| □□□ | 5.00 | 31:31 | 6:18 | 11 | 7:13 | 47 | 11:19 | 5.00 | 31:31 | 6:18 | 10 | 6:27 | 12 | 1:55 | |
| Kontrolle | 5.00 | 29:06 | 5:49 | 10 | 4:46 | 42 | 8:53 | 10.00 | 1:00:37 | 6:03 | 10 | 11:05 | 12 | 0:24 | |
| □□□ | 5.00 | 26:49 | 5:21 | 9 | 4:49 | 40 | 8:04 | 15.00 | 1:27:26 | 5:49 | 10 | 15:54 | 12 | | |
| □□ | 2.50 | 13:01 | 5:12 | 9 | 2:04 | 39 | 3:55 | 17.50 | 1:40:27 | 5:44 | 10 | 17:58 | 42 | 32:01 | |