



2. Hennesee Panorama Lauf

Meschede - Hennesee / 05.10.2014

□□□□

Bruning, Heinz

□□: SSV Meschede

□□: 686

□□: 17.50 km

Panorama Lauf

□□□□:

Senioren M60 (60-64 Jahre)

□□□: 1:40:35

□□: 10.44 km/h

□□□□: 5:45 min/km

□□□□□/□□□: 53 (of 71)

□□□□□/□: 43 (of 54)

□□□□□□: 1:08:26

□□□□□: 2(of 5)

□□□□□□□: 1:33:00

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□□	5.00	30:24	6:04	2	3:24	44	10:12	5.00	30:24	6:04	2	3:24	13	0:48	
Kontrolle	5.00	29:13	5:50	2	2:03	45	9:00	10.00	59:37	5:57	2	5:27	13		
□□□	5.00	27:40	5:31	2	1:40	42	8:55	15.00	1:27:17	5:49	2	7:07	13		
□□	2.50	13:18	5:19	2	0:28	42	4:12	17.50	1:40:35	5:44	2	7:35	43	32:09	