



2. Hennesee Panorama Lauf
 Meschede - Hennesee / 05.10.2014

□□□□

Schulte, Ralf

□□: KCKB e.V.

□□: 650

□□: 17.50 km

Panorama Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:41:28

□□: 10.05 km/h

□□□□: 5:48 min/km

□□□□□/□□□: 54 (of 71)

□□□□□/□: 45 (of 54)

□□□□□□: 1:08:26

□□□□□: 11(of 11)

□□□□□□□: 1:22:29

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□□	5.00	30:47	6:09	10	6:29	46	10:35	5.00	30:47	6:09	11	5:43	14	1:11	
Kontrolle	5.00	28:43	5:44	8	4:23	40	8:30	10.00	59:30	5:57	11	9:58	14		
□□□	5.00	27:45	5:32	10	5:45	45	9:00	15.00	1:27:15	5:48	11	15:43	14		
□□	2.50	14:13	5:41	11	3:16	46	5:07	17.50	1:41:28	5:47	11	18:59	45	33:02	