



2. Hennesee Panorama Lauf

Meschede - Hennesee / 05.10.2014

□□□□

Hempelmann, Michael

□□: LAC Veltins Hochsauerland TV Arnsberg
 □□: 707

□□: 17.50 km
 Panorama Lauf

□□□□:
 Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 1:42:19

□□: 9.97 km/h
 □□□□: 5:51 min/km

□□□□□/□□□: 56 (of 71)

□□□□□/□: 46 (of 54)

□□□□□□: 1:08:26

□□□□□: 3(of 3)

□□□□□□□: 1:08:35

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□□	5.00	29:36	5:55	2	9:09	41	9:24	5.00	29:36	5:55	2	9:09	1	-	
Kontrolle	5.00	30:37	6:07	3	10:24	47	10:24	10.00	1:00:13	6:01	2	19:33	1	-	
□□□	5.00	27:44	5:32	3	8:59	44	8:59	15.00	1:27:57	5:51	2	28:32	1	-	
□□	2.50	14:22	5:44	3	5:12	48	5:16	17.50	1:42:19	5:50	3	33:44	46	33:53	