



2. Hennesee Panorama Lauf  
 Meschede - Hennesee / 05.10.2014

□□□□

Scheppmann, Kerstin

□□: Menden

□□: 635

□□: 17.50 km

Panorama Lauf

□□□□:

Seniorinnen W50 (50-54 Jahre)

□□□: 1:49:50

□□: 9.56 km/h

□□□□: 6:17 min/km

□□□□□/□□□: 65 (of 71)

□□□□□/□: 14 (of 17)

□□□□□□: 1:17:08

□□□□□: 2(of 2)

□□□□□□□: 1:42:34

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□□	5.00	33:29	6:41	2	3:00	14	10:15	5.00	33:29	6:41	2	3:00	6	4:43	
Kontrolle	5.00	32:22	6:28	2	2:24	14	9:28	10.00	1:05:51	6:35	2	5:24	6	9:56	
□□□	5.00	29:45	5:57	2	2:01	14	9:13	15.00	1:35:36	6:22	2	7:25	6	14:29	
□□	2.50	14:14	5:41	1	-	11	3:46	17.50	1:49:50	6:16	2	7:16	14	32:42	