



### 3. Hennesee Panoramalauf

Meschede - Hennesee / 19.04.2015

□□□□

Kraas, Diana

□□□: 1:09:02

□□: -

□□: 8.69 km/h

□□: 512

□□□□: 6:54 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 62 (of 64)

Uferweglauf lang

□□□□□/□: 19 (of 20)

□□□□□□: 40:46

□□□□:

□□□□□: 4(of 4)

Frauen (20-29 Jahre)

□□□□□□□: 47:09

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	5.00	33:40	6:43	3	10:15	17	13:34	5.00	33:40	6:43	3	10:15	17	13:34
□□□ Ziel Henned:	5.00	35:22	7:04	3	11:38	18	14:42	10.00	1:09:02	6:54	4	21:53	19	28:16