



3. Hennesee Panoramalauf

Meschede - Hennesee / 19.04.2015

□□□□

Quetscher, Berenica

□□: Arnsberg

□□: 101

□□: 17.50 km

Panorama Lauf

□□□□:

Frauen (20-29 Jahre)

□□□: 1:25:08

□□: 11.98 km/h

□□□□: 4:52 min/km

□□□□□/□□□: 45 (of 123)

□□□□□/□: 5 (of 25)

□□□□□□: 1:19:22

□□□□□: 1(of 4)

□□□□□□□: 1:25:08

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	5.00	26:27	5:17	1	-	4	1:41	5.00	26:27	5:17	1	-	4	1:41
□□ 2	3.00	15:01	5:00	1	-	5	1:04	8.00	41:28	5:11	1	-	4	2:45
□□□ Ziel Henede:	9.50	43:40	4:35	1	-	5	4:10	17.50	1:25:08	4:51	1	-	5	5:46