



3. Hennesee Panoramalauf

Meschede - Hennesee / 19.04.2015

□□□□

Liersch, Ulrich

□□: M. Busch

□□: 257

□□: 5.00 km

Uferweglauf kurz

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 25:27

□□: 11.79 km/h

□□□□: 5:05 min/km

□□□□□/□□□: 16 (of 43)

□□□□□/□: 12 (of 24)

□□□□□□: 18:29

□□□□□: 4(of 8)

□□□□□□□: 21:36

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	2.50	12:29	4:59	4	1:58	12	3:02	2.50	12:29	4:59	4	1:58	12	3:02
□□□ Ziel Henned:	2.50	12:58	5:11	4	1:53	12	3:56	5.00	25:27	5:05	4	3:51	12	6:58