



3. Hennesee Panoramalauf

Meschede - Hennesee / 19.04.2015

□□□□

Grewe, Christina

□□: MESCHEDE

□□: 182

□□: 17.50 km

Panorama Lauf

□□□□:

Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

□□□: 1:45:11

□□: 9.70 km/h

□□□□: 6:01 min/km

□□□□□/□□□: 109 (of 123)

□□□□□/□: 22 (of 25)

□□□□□□: 1:19:22

□□□□□: 3(of 3)

□□□□□□□: 1:38:27

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	5.00	34:11	6:50	3	2:28	21	9:25	5.00	34:11	6:50	3	2:28	21	9:25
□□ 2	3.00	18:06	6:02	3	0:42	17	4:09	8.00	52:17	6:32	3	3:10	20	13:34
□□□ Ziel Hened:	9.50	52:54	5:34	3	4:21	21	13:24	17.50	1:45:11	6:00	3	6:44	22	25:49