



3. Hennesee Panoramalauf

Meschede - Hennesee / 19.04.2015

□□□□

Siewert, Jan

□□: Meschede

□□: 529

□□: 10.00 km

Uferweglauf lang

□□□□:

männliche Jugend U20 (18-19 Jahre)

□□□: 50:40

□□: 11.84 km/h

□□□□: 5:04 min/km

□□□□□/□□□: 34 (of 64)

□□□□□/□: 27 (of 44)

□□□□□□: 35:40

□□□□□: 1(of 3)

□□□□□□□: 50:40

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	5.00	25:11	5:02	1	-	21	7:38	5.00	25:11	5:02	1	-	21	7:38
□□□ Ziel Henned:	5.00	25:29	5:05	1	-	24	20:12	10.00	50:40	5:03	1	-	27	15:00