



3. Hennesee Panoramalauf Meschede - Hennesee / 19.04.2015

□□□□

Gamon, Birgit

□□: NW Werl

□□: 5

□□: 17.50 km

Panorama-Walking / Nordic Walking

□□□□:

Frauen

□□□: 2:27:03

□□: 6.94 km/h

□□□□: 8:24 min/km

□□□□□/□□□: 13 (of 29)

□□□□□/□: 5 (of 12)

□□□□□□: 1:56:28

□□□□□: 5(of 12)

□□□□□□□: 1:56:28

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	5.00	41:22	8:16	4	7:27	4	7:27	5.00	41:22	8:16	4	7:27	4	7:27
□□ 2	3.00	26:01	8:40	5	5:49	5	5:49	8.00	1:07:23	8:25	4	13:16	4	13:16
□□□ Ziel Hened:	9.50	1:19:40	8:23	6	17:19	6	17:19	17.50	2:27:03	8:24	5	30:35	5	30:35