



3. Hennesee Panoramalauf

Meschede - Hennesee / 19.04.2015

□□□□

Engelbracht, Frank

□□: Schwelmer Jung

□□: 156

□□: 17.50 km

Panorama Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 1:09:43

□□: 14.63 km/h

□□□□: 3:59 min/km

□□□□□/□□□: 3 (of 123)

□□□□□/□: 3 (of 98)

□□□□□□: 1:04:30

□□□□□: 1(of 15)

□□□□□□□: 1:09:43

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	5.00	21:52	4:22	1	-	3	2:08	5.00	21:52	4:22	1	-	3	2:08
□□ 2	3.00	12:00	4:00	1	-	3	0:50	8.00	33:52	4:14	1	-	3	2:58
□□□ Ziel Hened:	9.50	35:51	3:46	1	-	3	2:15	17.50	1:09:43	3:59	1	-	3	5:13