



3. Hennesee Panoramalauf Meschede - Hennesee / 19.04.2015

□□□□

Schwarberg, Jürgen

□□: Stadtwerke Sundern

□□: 115

□□: 17.50 km

Panorama Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 1:21:49

□□: 12.47 km/h

□□□□: 4:41 min/km

□□□□□/□□□: 32 (of 123)

□□□□□/□: 29 (of 98)

□□□□□□: 1:04:30

□□□□□: 4(of 15)

□□□□□□□: 1:09:43

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	5.00	25:01	5:00	3	3:09	21	5:17	5.00	25:01	5:00	3	3:09	21	5:17
□□ 2	3.00	14:13	4:44	4	2:13	26	3:03	8.00	39:14	4:54	3	5:22	22	8:20
□□□ Ziel Hened:	9.50	42:35	4:28	5	6:44	33	8:59	17.50	1:21:49	4:40	4	12:06	29	17:19