



### 3. Hennesee Panoramalauf Meschede - Hennesee / 19.04.2015

□□□□

Schumann, Dirk

□□: TEAM ARÜ

□□: 222

□□: 5.00 km

Uferweglauf kurz

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 31:00

□□: 9.68 km/h

□□□□: 6:12 min/km

□□□□□/□□□: 31 (of 43)

□□□□□/□: 21 (of 24)

□□□□□□: 18:29

□□□□□: 7(of 8)

□□□□□□□: 21:36

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	2.50	16:18	6:31	8	5:47	22	6:51	2.50	16:18	6:31	8	5:47	22	6:51
□□□ Ziel Henned:	2.50	14:42	5:52	7	3:37	20	5:40	5.00	31:00	6:12	7	9:24	21	12:31