



### 3. Hennesee Panoramalauf

Meschede - Hennesee / 19.04.2015

□□□□

Jolmes, Oliver

□□: TEAM ARÜ

□□: 216

□□: 5.00 km

Uferweglauf kurz

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 31:00

□□: 9.68 km/h

□□□□: 6:12 min/km

□□□□□/□□□: 30 (of 43)

□□□□□/□: 21 (of 24)

□□□□□□: 18:29

□□□□□: 7(of 8)

□□□□□□□: 21:36

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	2.50	16:16	6:30	7	5:45	21	6:49	2.50	16:16	6:30	7	5:45	21	6:49
□□□ Ziel Henned:	2.50	14:44	5:53	8	3:39	21	5:42	5.00	31:00	6:12	7	9:24	21	12:31