



3. Hennesee Panoramalauf

Meschede - Hennesee / 19.04.2015

□□□□

Jolmes, Bettina

□□: TEAM ARÜ

□□: 215

□□: 5.00 km

Uferweglauf kurz

□□□□:

Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

□□□: 33:01

□□: 9.09 km/h

□□□□: 6:36 min/km

□□□□□/□□□: 37 (of 43)

□□□□□/□: 13 (of 19)

□□□□□□: 22:01

□□□□□: 2(of 2)

□□□□□□□: 29:56

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	2.50	16:17	6:30	2	1:19	12	5:28	2.50	16:17	6:30	2	1:19	12	5:28
□□□ Ziel Henned:	2.50	16:44	6:41	2	1:46	13	5:32	5.00	33:01	6:36	2	3:05	13	11:00