



3. Hennesee Panoramalauf Meschede - Hennesee / 19.04.2015

□□□□

Krause, Joachim

□□: Team Erdinger

□□: 188

□□: 17.50 km

Panorama Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:44:13

□□: 10.08 km/h

□□□□: 5:58 min/km

□□□□□/□□□: 105 (of 123)

□□□□□/□: 85 (of 98)

□□□□□□: 1:04:30

□□□□□: 15(of 17)

□□□□□□□: 1:15:25

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	5.00	33:52	6:46	15	9:57	89	14:08	5.00	33:52	6:46	15	9:57	89	14:08
□□ 2	3.00	18:23	6:07	15	5:06	85	7:13	8.00	52:15	6:31	15	15:03	86	21:21
□□□ Ziel Hened:	9.50	51:58	5:28	14	13:45	78	18:22	17.50	1:44:13	5:57	15	28:48	85	39:43