



3. Hennesee Panoramalauf Meschede - Hennesee / 19.04.2015

□□□□

Scholz, Detlef

□□: Team Wikinger

□□: 179

□□: 17.50 km

Panorama Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:33:55

□□: 10.86 km/h

□□□□: 5:22 min/km

□□□□□/□□□: 68 (of 123)

□□□□□/□: 62 (of 98)

□□□□□□: 1:04:30

□□□□□: 10(of 17)

□□□□□□□: 1:15:25

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	5.00	29:02	5:48	11	5:07	61	9:18	5.00	29:02	5:48	11	5:07	61	9:18	
□□ 2	3.00	16:25	5:28	11	3:08	65	5:15	8.00	45:27	5:40	11	8:15	65	14:33	
□□□ Ziel Hened:	9.50	48:28	5:06	10	10:15	66	14:52	17.50	1:33:55	5:22	10	18:30	62	29:25	