



3. Hennesee Panoramalauf

Meschede - Hennesee / 19.04.2015

□□□□

Hufnagel, Stefan

□□: Eslohe

□□: 74

□□: 17.50 km

Panorama Lauf

□□□□:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 1:23:55

□□: 12.15 km/h

□□□□: 4:48 min/km

□□□□□/□□□: 39 (of 123)

□□□□□/□: 36 (of 98)

□□□□□□: 1:04:30

□□□□□: 7(of 12)

□□□□□□□: 1:04:30

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	5.00	26:30	5:17	7	6:46	37	6:46	5.00	26:30	5:17	7	6:46	37	6:46
□□ 2	3.00	14:44	4:54	7	3:34	38	3:34	8.00	41:14	5:09	7	10:20	37	10:20
□□□ Ziel Henede:	9.50	42:41	4:29	7	9:05	35	9:05	17.50	1:23:55	4:47	7	19:25	36	19:25