



3. Hennesee Panoramalauf

Meschede - Hennesee / 19.04.2015

□□□□

Jäckel, Norbert

□□: TGH Wetter

□□: 76

□□: 17.50 km

Panorama Lauf

□□□□:

Senioren M60 (60-64 Jahre)

□□□: 1:35:40

□□: 10.66 km/h

□□□□: 5:28 min/km

□□□□□/□□□: 80 (of 123)

□□□□□/□: 72 (of 98)

□□□□□□: 1:04:30

□□□□□: 4(of 6)

□□□□□□□: 1:29:10

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	5.00	29:09	5:49	2	0:45	63	9:25	5.00	29:09	5:49	2	0:45	63	9:25
□□ 2	3.00	16:54	5:37	4	1:21	74	5:44	8.00	46:03	5:45	3	2:06	67	15:09
□□□ Ziel Hened:	9.50	49:37	5:13	4	4:24	71	16:01	17.50	1:35:40	5:28	4	6:30	72	31:10