



3. Hennesee Panoramalauf

Meschede - Hennesee / 19.04.2015

□□□□

Zimmermann, Franka

□□: Tri Sport Menden

□□: 132

□□: 17.50 km

Panorama Lauf

□□□□:

Seniorinnen W35 (35-39 Jahre)

□□□: 1:24:34

□□: 12.42 km/h

□□□□: 4:50 min/km

□□□□□/□□□: 41 (of 123)

□□□□□/□: 4 (of 25)

□□□□□□: 1:19:22

□□□□□: 3(of 5)

□□□□□□□: 1:19:34

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	5.00	26:51	5:22	3	1:18	5	2:05	5.00	26:51	5:22	3	1:18	5	2:05	
□□ 2	3.00	14:38	4:52	3	0:19	4	0:41	8.00	41:29	5:11	3	1:29	5	2:46	
□□□ Ziel Hened:	9.50	43:05	4:32	3	3:35	4	3:35	17.50	1:24:34	4:49	3	5:00	4	5:12	