



3. Hennesee Panoramalauf Meschede - Hennesee / 19.04.2015

□□□□

Kemper, Christoph

□□: Tri Sport Menden

□□: 81

□□: 17.50 km

Panorama Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 1:19:31

□□: 12.83 km/h

□□□□: 4:32 min/km

□□□□□/□□□: 21 (of 123)

□□□□□/□: 20 (of 98)

□□□□□□: 1:04:30

□□□□□: 5(of 21)

□□□□□□□: 1:12:43

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	5.00	24:45	4:57	5	2:12	18	5:01	5.00	24:45	4:57	5	2:12	18	5:01	
□□ 2	3.00	13:51	4:36	4	1:19	18	2:41	8.00	38:36	4:49	5	3:31	19	7:42	
□□□ Ziel Hened:	9.50	40:55	4:18	5	3:44	22	7:19	17.50	1:19:31	4:32	5	6:48	20	15:01	