



3. Hennesee Panoramalauf

Meschede - Hennesee / 19.04.2015

□□□□

Prott, Berthold

□□: Tritteam Selm
 □□: 145

□□: 17.50 km
 Panorama Lauf

□□□□:
 Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 1:21:03

□□: 12.95 km/h
 □□□□: 4:38 min/km

□□□□□/□□□: 28 (of 123)

□□□□□/□: 26 (of 98)

□□□□□□: 1:04:30

□□□□□: 7(of 21)

□□□□□□□: 1:12:43

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	5.00	25:49	5:09	8	3:16	30	6:05	5.00	25:49	5:09	8	3:16	30	6:05
□□ 2	3.00	14:02	4:40	6	1:30	22	2:52	8.00	39:51	4:58	7	4:46	26	8:57
□□□ Ziel Hened:	9.50	41:12	4:20	6	4:01	25	7:36	17.50	1:21:03	4:37	7	8:20	26	16:33