



3. Hennesee Panoramalauf

Meschede - Hennesee / 19.04.2015

□□□□

Pehle, Christoph

□□: Tritus SV Neptun Neheim Hüsten

□□: 99

□□: 17.50 km

Panorama Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 1:38:17

□□: 10.38 km/h

□□□□: 5:37 min/km

□□□□□/□□□: 92 (of 123)

□□□□□/□: 78 (of 98)

□□□□□□: 1:04:30

□□□□□: 11(of 15)

□□□□□□□: 1:09:43

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	5.00	29:52	5:58	10	8:00	70	10:08	5.00	29:52	5:58	10	8:00	70	10:08
□□ 2	3.00	16:53	5:37	10	4:53	72	5:43	8.00	46:45	5:50	10	12:53	70	15:51
□□□ Ziel Hened:	9.50	51:32	5:25	11	15:41	77	17:56	17.50	1:38:17	5:36	11	28:34	78	33:47