



3. Hennesee Panoramalauf

Meschede - Hennesee / 19.04.2015

□□□□

Brinkmann, Ernst

□□: TSV Rüthen

□□: 136

□□: 17.50 km

Panorama Lauf

□□□□:

Senioren M65 (65-69 Jahre)

□□□: 1:23:10

□□: 12.26 km/h

□□□□: 4:45 min/km

□□□□□/□□□: 34 (of 123)

□□□□□/□: 31 (of 98)

□□□□□□: 1:04:30

□□□□□: 1(of 2)

□□□□□□□: 1:23:10

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	5.00	26:10	5:14	1	-	33	6:26	5.00	26:10	5:14	1	-	33	6:26
□□ 2	3.00	14:28	4:49	1	-	32	3:18	8.00	40:38	5:04	1	-	32	9:44
□□□ Ziel Hened:	9.50	42:32	4:28	1	-	32	8:56	17.50	1:23:10	4:45	1	-	31	18:40