



3. Hennesee Panoramalauf

Meschede - Hennesee / 19.04.2015

□□□□

Weber, Heiko

□□: TuS 45/53 Heessen

□□: 128

□□: 17.50 km

Panorama Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 1:27:07

□□: 11.71 km/h

□□□□: 4:59 min/km

□□□□□/□□□: 53 (of 123)

□□□□□/□: 48 (of 98)

□□□□□□: 1:04:30

□□□□□: 13(of 21)

□□□□□□□: 1:12:43

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	5.00	29:04	5:48	17	6:31	62	9:20	5.00	29:04	5:48	17	6:31	62	9:20
□□ 2	3.00	15:27	5:08	14	2:55	50	4:17	8.00	44:31	5:33	16	9:26	59	13:37
□□□ Ziel Hened:	9.50	42:36	4:29	10	5:25	34	9:00	17.50	1:27:07	4:58	13	14:24	48	22:37