



3. Hennesee Panoramalauf Meschede - Hennesee / 19.04.2015

□□□□

Luckey, Michael

□□: TuS Heinrichsthal-Wehrstapel

□□: 89

□□: 17.50 km

Panorama Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 1:33:55

□□: 10.86 km/h

□□□□: 5:22 min/km

□□□□□/□□□: 69 (of 123)

□□□□□/□: 62 (of 98)

□□□□□□: 1:04:30

□□□□□: 16(of 21)

□□□□□□□: 1:12:43

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	5.00	30:18	6:03	18	7:45	72	10:34	5.00	30:18	6:03	18	7:45	72	10:34
□□ 2	3.00	17:12	5:44	18	4:40	77	6:02	8.00	47:30	5:56	18	12:25	75	16:36
□□□ Ziel Hened:	9.50	46:25	4:53	16	9:14	56	12:49	17.50	1:33:55	5:22	16	21:12	62	29:25