



### 3. Hennesee Panoramalauf

Meschede - Hennesee / 19.04.2015

□□□□

Wiebke, Lars

□□: TUS Jahn Werdohl

□□: 561

□□: 10.00 km

Uferweglauf lang

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 45:55

□□: 13.07 km/h

□□□□: 4:35 min/km

□□□□□/□□□: 23 (of 64)

□□□□□/□: 21 (of 44)

□□□□□□: 35:40

□□□□□: 2(of 4)

□□□□□□□: 41:48

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	5.00	22:59	4:35	2	2:21	18	5:26	5.00	22:59	4:35	2	2:21	18	5:26
□□□ Ziel Henned:	5.00	22:56	4:35	3	17:39	19	17:39	10.00	45:55	4:35	2	4:07	21	10:15