



3. Hennesee Panoramalauf Meschede - Hennesee / 19.04.2015

□□□□

Alliger, Jürgen

□□: VEGA Sprinter Hennesee

□□: 52

□□: 17.50 km

Panorama Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 1:39:33

□□: 10.25 km/h

□□□□: 5:41 min/km

□□□□□/□□□: 97 (of 123)

□□□□□/□: 80 (of 98)

□□□□□□: 1:04:30

□□□□□: 12(of 15)

□□□□□□□: 1:09:43

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	5.00	29:24	5:52	9	7:32	67	9:40	5.00	29:24	5:52	9	7:32	67	9:40
□□ 2	3.00	17:14	5:44	12	5:14	78	6:04	8.00	46:38	5:49	9	12:46	69	15:44
□□□ Ziel Hened:	9.50	52:55	5:34	12	17:04	80	19:19	17.50	1:39:33	5:41	12	29:50	80	35:03