



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	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ 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