



### 3. Hennesee Panoramalauf

Meschede - Hennesee / 19.04.2015

□□□□

Haesters, Danny

□□: VFL Bergheide

□□: 158

□□: 17.50 km

Panorama Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 1:37:55

□□: 10.72 km/h

□□□□: 5:36 min/km

□□□□□/□□□: 89 (of 123)

□□□□□/□: 77 (of 98)

□□□□□□: 1:04:30

□□□□□: 4(of 6)

□□□□□□□: 1:17:07

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	5.00	31:03	6:12	6	6:50	78	11:19	5.00	31:03	6:12	6	6:50	78	11:19
□□ 2	3.00	fehlt!	-	-	-	-	-	8.00	-	-	-	-	-	-
□□□ Ziel Hened:	9.50	1:06:52	7:02	6	26:55	97	33:16	17.50	1:37:55	5:35	4	20:48	77	33:25