



3. Hennesee Panoramalauf

Meschede - Hennesee / 19.04.2015

□□□□

Wrede, Dartin

□□: 553

□□: 10.00 km

Uferweglauf lang

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 41:34

□□: 14.43 km/h

□□□□: 4:10 min/km

□□□□□/□□□: 8 (of 64)

□□□□□/□: 7 (of 44)

□□□□□□: 35:40

□□□□□: 2(of 6)

□□□□□□□: 40:23

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	5.00	20:37	4:07	2	0:40	7	3:04	5.00	20:37	4:07	2	0:40	7	3:04
□□□ Ziel Hened:	5.00	20:57	4:11	2	0:31	8	15:40	10.00	41:34	4:09	2	1:11	7	5:54