



### 3. Hennesee Panoramalauf

Meschede - Hennesee / 19.04.2015

□□□□

Whal, Thomas

□□: Hildfeld

□□: 173

□□: 10.00 km

Uferweglauf lang

□□□□:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 39:22

□□: 15.24 km/h

□□□□: 3:56 min/km

□□□□□/□□□: 4 (of 64)

□□□□□/□: 4 (of 44)

□□□□□□: 35:40

□□□□□: 2(of 5)

□□□□□□□: 35:40

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	5.00	19:31	3:54	2	1:58	4	1:58	5.00	19:31	3:54	2	1:58	4	1:58
□□□ Ziel Hened:	5.00	19:51	3:58	2	1:44	5	14:34	10.00	39:22	3:56	2	3:42	4	3:42