



### 3. Hennesee Panoramalauf

Meschede - Hennesee / 19.04.2015

□□□□

Raabe, Markus

□□□: 1:28:24

□□: 166

□□: 11.54 km/h

□□□□: 5:03 min/km

□□: 17.50 km

□□□□□/□□□: 56 (of 123)

Panorama Lauf

□□□□□/□: 51 (of 98)

□□□□□□: 1:04:30

□□□□:

□□□□□: 14(of 21)

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□□□□□: 1:12:43

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	5.00	27:37	5:31	13	5:04	49	7:53	5.00	27:37	5:31	13	5:04	49	7:53
□□ 2	3.00	15:33	5:11	15	3:01	55	4:23	8.00	43:10	5:23	14	8:05	51	12:16
□□□ Ziel Hened:	9.50	45:14	4:45	15	8:03	53	11:38	17.50	1:28:24	5:03	14	15:41	51	23:54