



3. Hennesee Panoramalauf

Meschede - Hennesee / 19.04.2015

□□□□

Hakenes, Johanna

□□□: 1:43:11

□□: 164

□□: 9.89 km/h

□□□□: 5:54 min/km

□□: 17.50 km

□□□□□/□□□: 101 (of 123)

Panorama Lauf

□□□□□/□: 20 (of 25)

□□□□□□: 1:19:22

□□□□:

□□□□□: 3(of 4)

Frauen (20-29 Jahre)

□□□□□□□: 1:25:08

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	5.00	32:38	6:31	3	6:11	18	7:52	5.00	32:38	6:31	3	6:11	18	7:52
□□ 2	3.00	18:29	6:09	3	3:28	20	4:32	8.00	51:07	6:23	3	9:39	18	12:24
□□□ Ziel Hened:	9.50	52:04	5:28	3	8:24	19	12:34	17.50	1:43:11	5:53	3	18:03	20	23:49