



3. Hennesee Panoramalauf

Meschede - Hennesee / 19.04.2015

□□□□

Zucht, Christine

□□: Unna

□□: 186

□□: 17.50 km

Panorama Lauf

□□□□:

Seniorinnen W35 (35-39 Jahre)

□□□: 1:38:03

□□: 10.40 km/h

□□□□: 5:36 min/km

□□□□□/□□□: 90 (of 123)

□□□□□/□: 13 (of 25)

□□□□□□: 1:19:22

□□□□□: 5(of 5)

□□□□□□□: 1:19:34

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	5.00	30:40	6:08	5	5:07	10	5:54	5.00	30:40	6:08	5	5:07	10	5:54
□□ 2	3.00	16:58	5:39	5	2:39	11	3:01	8.00	47:38	5:57	5	7:38	10	8:55
□□□ Ziel Henede:	9.50	50:25	5:18	5	10:55	15	10:55	17.50	1:38:03	5:36	5	18:29	13	18:41