



3. Hennesee Panoramalauf

Meschede - Hennesee / 19.04.2015

□□□□

Hussmann, Christoph

□□: Hussmann Profilrollen Fröndenberg

□□: 75

□□: 17.50 km

Panorama Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 1:13:30

□□: 13.88 km/h

□□□□: 4:12 min/km

□□□□□/□□□: 6 (of 123)

□□□□□/□: 6 (of 98)

□□□□□□: 1:04:30

□□□□□: 3(of 21)

□□□□□□□: 1:12:43

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	5.00	23:43	4:44	3	1:10	6	3:59	5.00	23:43	4:44	3	1:10	6	3:59
□□ 2	3.00	12:36	4:12	2	0:04	5	1:26	8.00	36:19	4:32	3	1:14	6	5:25
□□□ Ziel Hened:	9.50	37:11	3:54	1	-	4	3:35	17.50	1:13:30	4:12	3	0:47	6	9:00