



3. Hennesee Panoramalauf

Meschede - Hennesee / 19.04.2015

□□□□

Kraus, Andre

□□: Team Ruhrtal Runners

□□: 513

□□: 10.00 km

Uferweglauf lang

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 41:48

□□: 14.35 km/h

□□□□: 4:11 min/km

□□□□□/□□□: 9 (of 64)

□□□□□/□: 8 (of 44)

□□□□□□: 35:40

□□□□□: 1(of 4)

□□□□□□□: 41:48

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	5.00	20:38	4:07	1	-	8	3:05	5.00	20:38	4:07	1	-	8	3:05
□□□ Ziel Hened:	5.00	21:10	4:14	2	15:53	11	15:53	10.00	41:48	4:10	1	-	8	6:08