



Hennesee Panorama Lauf  
Meschede - Hennesee / 15.04.2012

Detailauswertung

Frauenheim, Josef

Verein: Marathon Soest  
Startnummer: 663

Strecke: 10,00 km  
10.000 m Lauf

Kategorie:  
Senioren M55 (55-59 Jahre)

Gesamt-Zeit: 49:17

Geschwindigkeit: 12,17 km/h  
Laufleistung: 4:56 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 12 (von 30)  
Strecken-Platzierung/Männer: 10 (von 22)  
Bestzeit der Strecke: 33:34

Kategorie-Platzierung: 2(von 2)  
Bestzeit in der Kategorie: 41:34

Kontrolle	Teilstreckenwertung							Gesamtwertung						
	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer
Wendestelle	5,00	24:31	4:54	2	3:51	8	7:54	5,00	24:31	4:54	2	3:51	14	
Ziel	5,00	24:46	4:57	2	3:52	11	7:49	10,00	49:17	4:55	2	7:43	10	15:43