



2. Hennesee Panorama Lauf Meschede - Hennesee / 05.10.2014

Detailauswertung

Demming, Frank

Verein: Arnsberg
Startnummer: 715

Strecke: 5,00 km
Jogginglauf

Kategorie:
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 28:19

Geschwindigkeit: 10,59 km/h
Laufleistung: 5:40 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 8 (von 17)

Strecken-Platzierung/Männer: 8 (von 12)

Bestzeit der Strecke: 20:40

Kategorie-Platzierung: 2(von 3)

Bestzeit in der Kategorie: 23:35

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	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
Kontrolle	2,50	14:57	5:58	2	2:30	8	3:48	2,50	14:57	5:58	2	2:30	8	3:47
Ziel	2,50	13:22	5:20	2	2:14	8	3:51	5,00	28:19	5:39	2	4:44	8	7:39