



### 3. Hennesee Panoramalauf Meschede - Hennesee / 19.04.2015

#### Detailauswertung

**Wittrock, Thomas**

Verein: Lippstadt  
Startnummer: 130

Strecke: 17,50 km  
Panorama Lauf

Kategorie:  
Senioren M30 (30-34 Jahre)

**Gesamt-Zeit: 1:45:00**

Geschwindigkeit: 9,71 km/h  
Laufleistung: 6:00 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 108 (von 123)  
Strecken-Platzierung/Männer: 87 (von 98)  
Bestzeit der Strecke: 1:04:30

Kategorie-Platzierung: 6(von 6)  
Bestzeit in der Kategorie: 1:17:07

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
Runde 1	5,00	29:35	5:54	3	5:22	69	9:51	5,00	29:35	5:54	3	5:22	69	9:51
Runde 2	3,00	16:50	5:36	3	3:53	71	5:40	8,00	46:25	5:48	3	9:15	68	15:31
Letzte Runde Ziel	9,50	58:35	6:10	5	18:38	89	24:59	17,50	1:45:00	6:00	6	27:53	87	40:30