



### 3. Hennesee Panoramalauf

Meschede - Hennesee / 19.04.2015

#### Detailauswertung

**Salomo, Ingrid**

Verein: LT Bittermark Dortmund  
Startnummer: 105

Strecke: 17,50 km  
Panorama Lauf

Kategorie:  
Seniorinnen W50 (50-54 Jahre)

**Gesamt-Zeit: 1:56:25**

Geschwindigkeit: 8,76 km/h  
Laufleistung: 6:39 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 118 (von 123)  
Strecken-Platzierung/Frauen: 24 (von 25)  
Bestzeit der Strecke: 1:19:22

Kategorie-Platzierung: 4(von 4)  
Bestzeit in der Kategorie: 1:37:38

Zwischenzeiten			Teilstreckenwertung				Gesamtwertung							
Kontrolle	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Frauer	Rückst. Frauen	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Frauer	Rückst. Frauen
Runde 1	5,00	36:33	7:18	4	5:37	23	11:47	5,00	36:33	7:18	4	5:37	23	11:47
Runde 2	3,00	20:48	6:56	4	3:16	23	6:51	8,00	57:21	7:10	4	8:53	23	18:38
Letzte Runde Zie	9,50	59:04	6:13	4	10:06	22	19:34	17,50	1:56:25	6:39	4	18:47	24	37:03