



3. Hennesee Panoramalauf Meschede - Hennesee / 19.04.2015

Detailauswertung

Gronemeier, Dirk

Verein: RC Endspurt Herford
Startnummer: 67

Strecke: 17,50 km
Panorama Lauf

Kategorie:
Senioren M55 (55-59 Jahre)

Gesamt-Zeit: 1:35:33

Geschwindigkeit: 10,99 km/h
Laufleistung: 5:28 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 78 (von 123)
Strecken-Platzierung/Männer: 71 (von 98)
Bestzeit der Strecke: 1:04:30

Kategorie-Platzierung: 8(von 10)
Bestzeit in der Kategorie: 1:18:59

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	29:10	5:50	6	4:08	64	9:26	5,00	29:10	5:50	6	4:08	64	9:26
Runde 2	3,00	16:47	5:35	7	2:49	70	5:37	8,00	45:57	5:44	6	6:57	66	15:03
Letzte Runde Ziel	9,50	49:36	5:13	8	9:49	70	16:00	17,50	1:35:33	5:27	8	16:34	71	31:03