



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

#### Detailauswertung

**Rademacher, Frank**

Verein: Waldschleicher Lohne  
Startnummer: 138

Strecke: 17,50 km  
Panorama Lauf

Kategorie:  
Senioren M45 (45-49 Jahre)

**Gesamt-Zeit: 1:34:19**

Geschwindigkeit: 11,13 km/h  
Laufleistung: 5:23 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 72 (von 123)  
Strecken-Platzierung/Männer: 65 (von 98)  
Bestzeit der Strecke: 1:04:30

Kategorie-Platzierung: 11(von 17)  
Bestzeit in der Kategorie: 1:15:25

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	28:45	5:45	10	4:50	59	9:01	5,00	28:45	5:45	10	4:50	59	9:01
Runde 2	3,00	16:32	5:30	12	3:15	67	5:22	8,00	45:17	5:39	10	8:05	64	14:23
Letzte Runde Ziel	9,50	49:02	5:09	11	10:49	68	15:26	17,50	1:34:19	5:23	11	18:54	65	29:49