



Hennesee Panorama Lauf
Meschede - Hennesee / 15.04.2012

evaluación detallada

Janßen, Volker

Asociación: Arnsberg
Dorsal: 658

recorrido: 10.00 km
10.000 m Lauf

categoría:
Senioren M30 (30-34 Jahre)

tiempo total: 50:08

velocidad: 11.97 km/h
rendimiento en carrera: 5:01 min/km

posición en el recorrido/Total: 15 (de 30)
posición en el recorrido/Men: 12 (de 22)
mejor tiempo del recorrido: 33:34

posición en la categoría: 3(de 5)
mejor tiempo en la categoría: 33:34

tiempos parciales

stage score

Total score

| control | etapa km | etapa tiempo | etapaposisió min/km | retraso | | retraso | | Total km | Total tiempo | Total min/km | retraso | | retraso | |
|-------------|-------------|-----------------|------------------------|---------|------|---------|------|-------------|-----------------|-----------------|---------|-------|---------|-------|
| | | | | cat | cat | Men | Men | | | | cat | cat | Men | Men |
| Wendestelle | 5.00 | 25:04 | 5:00 | 3 | 8:27 | 10 | 8:27 | 5.00 | 25:04 | 5:00 | 3 | 8:27 | 1 | - |
| meta | 5.00 | 25:04 | 5:00 | 3 | 8:07 | 13 | 8:07 | 10.00 | 50:08 | 5:00 | 3 | 16:34 | 12 | 16:34 |