



Hennesee Panorama Lauf
Meschede - Hennesee / 15.04.2012

evaluación detallada

Shehab, Ismail

Asociación: Dortmund
Dorsal: 662

recorrido: 10.00 km
10.000 m Lauf

categoría:
Senioren M30 (30-34 Jahre)

tiempo total: 55:17

velocidad: 10.85 km/h
rendimiento en carrera: 5:32 min/km

posición en el recorrido/Total: 25 (de 30)
posición en el recorrido/Men: 20 (de 22)
mejor tiempo del recorrido: 33:34

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

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	posición retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	posición retraso Men		
Wendestelle	5.00	28:22	5:40	5	11:45	22	11:45	5.00	28:22	5:40	5	11:45	4	3:18
meta	5.00	26:55	5:23	4	9:58	17	9:58	10.00	55:17	5:31	5	21:43	20	21:43