



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

#### evaluación detallada

**Knothe, Roman**

Asociación: WAZ Mittel-Lenne  
Dorsal: 176

recorrido: 17.50 km  
Panorama Lauf

categoría:  
Senioren M40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 1:29:29

velocidad: 11.73 km/h  
rendimiento en carrera: 5:07 min/km

posición en el recorrido/Total: 59 (de 123)  
posición en el recorrido/Men: 54 (de 98)  
mejor tiempo del recorrido: 1:04:30

posición en la categoría: 15(de 21)  
mejor tiempo en la categoría: 1:12:43

#### tiempos parciales

#### stage score

#### Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso			
				posición categoría	Men	Men				posición categoría	Men	Men	
vuelta 1	5.00	28:52	5:46	16	6:19	60	5.00	28:52	5:46	16	6:19	60	9:08
vuelta 2	3.00	16:00	5:19	16	3:28	59	8.00	44:52	5:36	17	9:47	63	13:58
última vuelta Zie	9.50	44:37	4:41	14	7:26	51	17.50	1:29:29	5:06	15	16:46	54	24:59