



Hennesee Panorama Lauf  
Meschede - Hennesee / 15.04.2012

### Exploitation détaillée

Beckmann, Micha

Association: Palma Runners  
Dossard: 545

Circuit: 17.50 km  
Panorama Lauf

Catégorie:  
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Temps total: 1:29:05

Vitesse: 11.45 km/h  
Kilométrage: 5:05 min/km

Place par parcours/Total: 35 (de 82)  
Place par parcours/Hommes: 33 (de 66)  
Meilleur temps dans le parcours: 1:05:47  
Place par catégorie: 10(de 16)  
Meilleur temps dans la catégorie: 1:14:32

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

| Poste   | Etape |       | Etape  |       | Etape |      | Place |       | Retard  |      | Place |       | Retard |       | Total |    | Total |        | Total |       | Place |      | Retard |       | Place |      | Retard |       |  |
|---------|-------|-------|--------|-------|-------|------|-------|-------|---------|------|-------|-------|--------|-------|-------|----|-------|--------|-------|-------|-------|------|--------|-------|-------|------|--------|-------|--|
|         | km    | Temps | min/km | catg. | catg. | Homm | Homm  | catg. | catg.   | Homm | Homm  | catg. | catg.  | Homm  | Homm  | km | Temps | min/km | catg. | catg. | Homm  | Homm | catg.  | catg. | Homm  | Homm | catg.  | catg. |  |
| 5,2 km  | 5.20  | 29:43 | 5:42   | 11    | 4:44  | 43   | 8:35  | 5.20  | 29:43   | 5:42 | 10    | 4:33  | 18     | 0:02  |       |    |       |        |       |       |       |      |        |       |       |      |        |       |  |
| 10,0 km | 4.80  | 24:14 | 5:02   | 9     | 4:19  | 31   | 6:30  | 10.00 | 53:57   | 5:23 | 10    | 8:52  | 18     |       |       |    |       |        |       |       |       |      |        |       |       |      |        |       |  |
| Arrivée | 7.50  | 35:08 | 4:41   | 8     | 5:41  | 27   | 8:13  | 17.50 | 1:29:05 | 5:05 | 10    | 14:33 | 33     | 23:18 |       |    |       |        |       |       |       |      |        |       |       |      |        |       |  |