



## 2. Hennesee Panorama Lauf Meschede - Hennesee / 05.10.2014

### Exploitation détaillée

**Demming, Frank**

Association: Arnsberg  
Dossard: 715

Circuit: 5.00 km  
Jogginglauf

Catégorie:  
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Temps total: 28:19

Vitesse: 10.59 km/h  
Kilométrage: 5:40 min/km

Place par parcours/Total: 8 (de 17)  
Place par parcours/Hommes: 8 (de 12)  
Meilleur temps dans le parcours: 20:40

Place par catégorie: 2(de 3)  
Meilleur temps dans la catégorie: 23:35

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Temps intermédiaires				Résultats d'étape				Résultat total					
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm
Poste	2.50	14:57	5:58	2	2:30	8	3:48	2.50	14:57	5:58	2	2:30	8	3:47
Arrivée	2.50	13:22	5:20	2	2:14	8	3:51	5.00	28:19	5:39	2	4:44	8	7:39