



3. Hennesee Panoramalauf Meschede - Hennesee / 19.04.2015

Exploitation détaillée

Ehm, Sabine

Association: Team Ruhrtal Runners
Dossard: 204

Circuit: 5.00 km
Uferweglauf kurz

Catégorie:
Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

Temps total: 29:56

Vitesse: 10.02 km/h
Kilométrage: 5:59 min/km

Place par parcours/Total: 26 (de 43)
Place par parcours/Femmes: 7 (de 19)
Meilleur temps dans le parcours: 22:01

Place par catégorie: 1(de 2)
Meilleur temps dans la catégorie: 29:56

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 Femme	Retard Femmes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Femme	Retard Femmes
Tour 1	2.50	14:58	5:59	1	-	8	4:09	2.50	14:58	5:59	1	-	8	4:09
Dernier temps Zi	2.50	14:58	5:59	1	-	7	3:46	5.00	29:56	5:59	1	-	7	7:55