



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

#### Exploitation détaillée

Girke, Thomas

Association: Physiotherapie EL KADI Witten  
Dossard: 66

Circuit: 17.50 km  
Panorama Lauf

Catégorie:  
Senioren M40 (40-44 Jahre)

Temps total: 1:20:24

Vitesse: 12.69 km/h  
Kilométrage: 4:35 min/km

Place par parcours/Total: 27 (de 123)  
Place par parcours/Hommes: 25 (de 98)  
Meilleur temps dans le parcours: 1:04:30

Place par catégorie: 6(de 21)  
Meilleur temps dans la catégorie: 1:12:43

#### 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.	Hommes	Hommes	catg.	catg.	Hommes	Hommes	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	catg.	catg.	Hommes	Hommes	catg.	catg.	Hommes
Tour 1	5.00	24:17	4:51	4	1:44	13	4:33	5.00	24:17	4:51	4	1:44	13	4:33	5.00	24:17	4:51	4	1:44	13	4:33	4	1:44	13	4:33	4	1:44	13	4:33
Tour 2	3.00	13:51	4:36	4	1:19	18	2:41	8.00	38:08	4:46	4	3:03	16	7:14	8.00	38:08	4:46	4	3:03	16	7:14	4	3:03	16	7:14	4	3:03	16	7:14
Dernier temps Zi	9.50	42:16	4:26	8	5:05	29	8:40	17.50	1:20:24	4:35	6	7:41	25	15:54	17.50	1:20:24	4:35	6	7:41	25	15:54	6	7:41	25	15:54	6	7:41	25	15:54