



1. SPORTident Winter-Stundenlaufserie mit Musik (1. Lauf)

Arnstadt / 31.01.2024

Detailauswertung

Stefan Röder

Verein: RSV Adler Arnstadt e.V.

Startnummer: 22

Strecke: 0,35 km/Runde

Halbstundenlauf

Kategorie:

Senioren M45 (45-49) H

Gesamt-Zeit: 28:52

Geschwindigkeit: 12,47 km/h

Laufleistung: 4:34 min/km

Runden: 18 (6.3 km)

Strecken-Platzierung/Männer: 1 (von 14)

Kategorie-Platzierung: 1(von 2)

Kontrolle	Teilstreckenwertung							Gesamtwertung						
	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer
Runde 1	0,35	1:37	4:37	1	-	2	0:01	0,35	1:37	4:37	1	-	2	0:01
Runde 2	0,35	1:33	4:25	1	-	2	0:03	0,70	3:10	4:31	1	-	1	-
Runde 3	0,35	1:34	4:28	1	-	1	-	1,05	4:44	4:30	1	-	1	-
Runde 4	0,35	1:35	4:31	1	-	1	-	1,40	6:19	4:30	1	-	1	-
Runde 5	0,35	1:37	4:37	1	-	1	-	1,75	7:56	4:31	1	-	1	-
Runde 6	0,35	1:38	4:40	1	-	1	-	2,10	9:34	4:33	1	-	1	-
Runde 7	0,35	1:39	4:42	1	-	1	-	2,45	11:13	4:34	1	-	1	-
Runde 8	0,35	1:41	4:48	1	-	1	-	2,80	12:54	4:36	1	-	1	-
Runde 9	0,35	1:38	4:40	1	-	1	-	3,15	14:32	4:36	1	-	1	-
Runde 10	0,35	1:36	4:34	1	-	1	-	3,50	16:08	4:36	1	-	1	-
Runde 11	0,35	1:33	4:25	1	-	1	-	3,85	17:41	4:35	1	-	1	-
Runde 12	0,35	1:34	4:28	1	-	1	-	4,20	19:15	4:35	1	-	1	-
Runde 13	0,35	1:39	4:42	1	-	1	-	4,55	20:54	4:35	1	-	1	-
Runde 14	0,35	1:37	4:37	1	-	1	-	4,90	22:31	4:35	1	-	1	-
Runde 15	0,35	1:35	4:31	1	-	1	-	5,25	24:06	4:35	1	-	1	-
Runde 16	0,35	1:39	4:42	1	-	2	0:02	5,60	25:45	4:35	1	-	1	-
Runde 17	0,35	1:36	4:34	1	-	2	0:03	5,95	27:21	4:35	1	-	1	-
Runde 18	0,35	1:31	4:19	1	-	1	-	6,30	28:52	4:34	1	-	1	-