



1. SPORTident Winter-Stundenlaufserie mit Musik (2. Lauf)

Arnstadt / 21.02.2024

Detailauswertung

Frank Schirwinski

Verein: LTV Erfurt

Startnummer: 33

Strecke: 0,35 km/Runde

Stundenlauf

Kategorie:

Senioren M60 (60-64)

Gesamt-Zeit: 58:52

Geschwindigkeit: 11,06 km/h

Laufleistung: 5:25 min/km

Runden: 31 (10.85 km)

Strecken-Platzierung/Männer: 31 (von 39)

Kategorie-Platzierung: 3(von 5)

Kontrolle	Zwischenzeiten							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	1:50	5:14	2	0:09	25	0:41	0,35	1:50	5:14	2	0:09	25	0:41				
Runde 2	0,35	1:46	5:02	1	-	30	0:33	0,70	3:36	5:08	2	0:09	29	1:14				
Runde 3	0,35	1:43	4:54	1	-	26	0:26	1,05	5:19	5:03	2	0:04	28	1:40				
Runde 4	0,35	1:48	5:08	1	-	26	0:32	1,40	7:07	5:04	2	0:02	28	2:12				
Runde 5	0,35	1:50	5:14	1	-	27	0:31	1,75	8:57	5:06	2	0:01	28	2:43				
Runde 6	0,35	1:50	5:14	1	-	28	0:30	2,10	10:47	5:08	2	0:01	28	3:13				
Runde 7	0,35	1:51	5:17	1	-	31	0:31	2,45	12:38	5:09	2	0:01	28	3:44				
Runde 8	0,35	1:49	5:11	1	-	30	0:28	2,80	14:27	5:09	2	0:01	28	4:12				
Runde 9	0,35	1:51	5:17	2	0:01	31	0:29	3,15	16:18	5:10	2	0:02	28	4:41				
Runde 10	0,35	1:50	5:14	1	-	26	0:28	3,50	18:08	5:10	2	0:01	28	5:09				
Runde 11	0,35	1:52	5:20	2	0:02	29	0:30	3,85	20:00	5:11	2	0:03	29	5:39				
Runde 12	0,35	1:50	5:14	1	-	25	0:26	4,20	21:50	5:11	2	0:03	29	6:05				
Runde 13	0,35	1:54	5:25	3	0:04	30	0:32	4,55	23:44	5:12	2	0:07	29	6:37				
Runde 14	0,35	1:54	5:25	2	0:04	29	0:30	4,90	25:38	5:13	2	0:11	29	7:07				
Runde 15	0,35	1:55	5:28	3	0:04	28	0:33	5,25	27:33	5:14	2	0:15	29	7:40				
Runde 16	0,35	1:53	5:22	2	0:03	28	0:29	5,60	29:26	5:15	2	0:18	29	8:09				
Runde 17	0,35	1:57	5:34	3	0:07	33	0:34	5,95	31:23	5:16	2	0:25	29	8:43				
Runde 18	0,35	1:56	5:31	3	0:07	32	0:32	6,30	33:19	5:17	2	0:32	29	9:15				
Runde 19	0,35	1:59	5:40	3	0:10	32	0:35	6,65	35:18	5:18	2	0:42	29	9:50				
Runde 20	0,35	1:59	5:40	3	0:08	31	0:35	7,00	37:17	5:19	2	0:50	29	10:25				
Runde 21	0,35	1:57	5:34	3	0:06	31	0:34	7,35	39:14	5:20	2	0:56	29	10:59				
Runde 22	0,35	1:58	5:37	3	0:08	29	0:34	7,70	41:12	5:21	2	1:04	29	11:33				
Runde 23	0,35	1:56	5:31	3	0:06	31	0:33	8,05	43:08	5:21	2	1:10	29	12:06				
Runde 24	0,35	1:56	5:31	3	0:06	32	0:33	8,40	45:04	5:21	2	1:16	29	12:39				
Runde 25	0,35	2:02	5:48	3	0:14	33	0:39	8,75	47:06	5:22	2	1:27	29	13:18				
Runde 26	0,35	2:01	5:45	3	0:16	32	0:38	9,10	49:07	5:23	2	1:38	29	13:56				
Runde 27	0,35	1:58	5:37	3	0:10	32	0:35	9,45	51:05	5:24	2	1:45	29	14:31				
Runde 28	0,35	1:58	5:37	3	0:08	31	0:34	9,80	53:03	5:24	2	1:53	30	15:05				
Runde 29	0,35	1:59	5:40	3	0:09	33	0:36	10,15	55:02	5:25	3	2:02	31	15:41				
Runde 30	0,35	1:55	5:28	3	0:06	30	0:31	10,50	56:57	5:25	3	2:08	31	16:12				



1. SPORTident Winter-Stundenlaufserie mit Musik (2. Lauf)

Arnstadt / 21.02.2024

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	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 31	0,35	1:55	5:28	3	0:08	33	0:30	10,85	58:52	5:25	3	2:16	31	16:42