



1. SPORTident Winter-Stundenlaufserie mit Musik (3. Lauf)

Arnstadt / 20.03.2024

Detailauswertung

Stephan Mund

Gesamt-Zeit: 29:19

Startnummer: 14

Geschwindigkeit: 11,46 km/h

Strecke: 0,35 km/Runde

Laufleistung: 5:14 min/km

Halbstundenlauf

Runden: 16 (5.6 km)

Kategorie:

Strecken-Platzierung/Männer: 7 (von 23)

Senioren M40 (40-44) H

Kategorie-Platzierung: 2(von 2)

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