



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

Arnstadt / 20.03.2024

Detailauswertung

Christian Stonek

Verein: Liberales Laufteam

Startnummer: 24

Strecke: 0,35 km/Runde

Halbstundenlauf

Kategorie:

Senioren M45 (45-49) H

Gesamt-Zeit: 28:15

Geschwindigkeit: 10,62 km/h

Laufleistung: 5:22 min/km

Runden: 15 (5.25 km)

Strecken-Platzierung/Männer: 12 (von 23)

Kategorie-Platzierung: 2(von 3)

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Teilstreckenwertung				Gesamtwertung						
	km	Zeit	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	1:34	4:28	2	0:10	7	0:10	0,35	1:34	4:28	2	0:10	7	0:10
Runde 2	0,35	1:46	5:02	3	0:22	13	0:22	0,70	3:20	4:45	3	0:32	11	0:32
Runde 3	0,35	1:51	5:17	3	0:26	14	0:26	1,05	5:11	4:56	3	0:58	12	0:58
Runde 4	0,35	1:50	5:14	3	0:23	13	0:23	1,40	7:01	5:00	3	1:21	12	1:21
Runde 5	0,35	1:43	4:54	2	0:16	6	0:16	1,75	8:44	4:59	3	1:37	12	1:37
Runde 6	0,35	1:54	5:25	3	0:27	15	0:37	2,10	10:38	5:03	3	2:04	12	2:04
Runde 7	0,35	1:53	5:22	2	0:25	12	0:25	2,45	12:31	5:06	2	2:29	10	2:29
Runde 8	0,35	1:54	5:25	2	0:24	11	0:24	2,80	14:25	5:08	2	2:53	10	2:53
Runde 9	0,35	1:55	5:28	2	0:27	11	0:27	3,15	16:20	5:11	2	3:20	10	3:20
Runde 10	0,35	1:54	5:25	2	0:24	8	0:24	3,50	18:14	5:12	2	3:44	10	3:44
Runde 11	0,35	1:56	5:31	2	0:26	8	0:26	3,85	20:10	5:14	2	4:10	10	4:10
Runde 12	0,35	2:03	5:51	2	0:32	13	0:32	4,20	22:13	5:17	2	4:42	10	4:42
Runde 13	0,35	2:01	5:45	2	0:30	14	0:30	4,55	24:14	5:19	2	5:12	10	5:12
Runde 14	0,35	2:00	5:42	3	0:28	15	0:28	4,90	26:14	5:21	2	5:40	11	5:40
Runde 15	0,35	2:01	5:45	3	0:30	15	0:30	5,25	28:15	5:22	2	6:10	11	6:10