



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

Arnstadt / 20.03.2024

Detailauswertung

Susanne Henning

Verein: SG-EINHEIT-ARNSTADT

Startnummer: 7

Strecke: 0,35 km/Runde

Halbstundenlauf

Kategorie:

Seniorinnen W40 (40-44) H

Gesamt-Zeit: 28:36

Geschwindigkeit: 8,08 km/h

Laufleistung: 7:25 min/km

Runden: 11 (3.85 km)

Strecken-Platzierung/Frauen: 10 (von 13)

Kategorie-Platzierung: 3(von 3)

Kontrolle	Zwischenzeiten							Teilstreckenwertung				Gesamtwertung			
	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Frauer	Rückst. Frauen	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Frauer	Rückst. Frauen	
Runde 1	0,35	2:18	6:34	3	0:54	12	0:54	0,35	2:18	6:34	3	0:54	12	0:54	
Runde 2	0,35	2:21	6:42	3	0:57	11	0:57	0,70	4:39	6:38	3	1:51	11	1:51	
Runde 3	0,35	2:24	6:51	3	0:59	10	0:59	1,05	7:03	6:42	3	2:50	10	2:50	
Runde 4	0,35	2:33	7:17	3	1:04	10	1:04	1,40	9:36	6:51	3	3:54	10	3:54	
Runde 5	0,35	2:38	7:31	3	1:07	10	1:07	1,75	12:14	6:59	3	5:01	10	5:01	
Runde 6	0,35	2:45	7:51	3	1:13	10	1:13	2,10	14:59	7:08	3	6:14	10	6:14	
Runde 7	0,35	2:41	7:40	3	1:09	10	1:09	2,45	17:40	7:12	3	7:23	10	7:23	
Runde 8	0,35	2:41	7:40	3	1:09	10	1:09	2,80	20:21	7:16	3	8:32	10	8:32	
Runde 9	0,35	3:02	8:39	3	1:30	11	1:30	3,15	23:23	7:25	3	10:02	10	10:02	
Runde 10	0,35	2:33	7:17	3	1:00	11	1:00	3,50	25:56	7:24	3	11:02	10	11:02	
Runde 11	0,35	2:40	7:37	3	1:05	12	1:05	3,85	28:36	7:25	3	12:07	10	12:07	