



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

Arnstadt / 20.03.2024

## Detailauswertung

**Arvid Senglaub**

Verein: Die flinken Gerataler

Startnummer: 66

Strecke: 0,35 km/Runde

Stundenlauf

Kategorie:

Senioren M50 (50-54)

Gesamt-Zeit: 59:31

Geschwindigkeit: 12,10 km/h

Laufleistung: 4:35 min/km

Runden: 37 (12.95 km)

Strecken-Platzierung/Männer: 11 (von 36)

Kategorie-Platzierung: 3(von 8)

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



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

Arnstadt / 20.03.2024

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

| Kontrolle | Split<br>km | Split<br>Zeit | Split<br>min/km | Platz<br>Kat. | Rückst.<br>Kat. | Platz<br>Männer | Rückst.<br>Männer | Gesamt<br>km | Gesamt<br>Zeit | Gesamt<br>min/km | Platz<br>Kat. | Rückst.<br>Kat. | Platz<br>Männer | Rückst.<br>Männer |
|-----------|-------------|---------------|-----------------|---------------|-----------------|-----------------|-------------------|--------------|----------------|------------------|---------------|-----------------|-----------------|-------------------|
| Runde 31  | 0,35        | 1:39          | 4:42            | 3             | 0:15            | 10              | 0:17              | 10,85        | 49:52          | 4:35             | 3             | 7:25            | 12              | 8:42              |
| Runde 32  | 0,35        | 1:39          | 4:42            | 4             | 0:14            | 12              | 0:18              | 11,20        | 51:31          | 4:35             | 3             | 7:39            | 12              | 9:00              |
| Runde 33  | 0,35        | 1:34          | 4:28            | 2             | 0:12            | 7               | 0:13              | 11,55        | 53:05          | 4:35             | 3             | 7:51            | 12              | 9:13              |
| Runde 34  | 0,35        | 1:40          | 4:45            | 4             | 0:17            | 14              | 0:19              | 11,90        | 54:45          | 4:36             | 3             | 8:08            | 12              | 9:32              |
| Runde 35  | 0,35        | 1:39          | 4:42            | 4             | 0:15            | 11              | 0:19              | 12,25        | 56:24          | 4:36             | 3             | 8:23            | 12              | 9:51              |
| Runde 36  | 0,35        | 1:39          | 4:42            | 4             | 0:16            | 11              | 0:18              | 12,60        | 58:03          | 4:36             | 3             | 8:39            | 12              | 10:09             |
| Runde 37  | 0,35        | 1:28          | 4:11            | 2             | 0:04            | 3               | 0:08              | 12,95        | 59:31          | 4:35             | 3             | 8:43            | 11              | 10:17             |