



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

Arnstadt / 20.03.2024

Detailauswertung

Martin Gruss

Gesamt-Zeit: 59:49

Startnummer: 38

Geschwindigkeit: 12,04 km/h

Strecke: 0,35 km/Runde

Laufleistung: 4:37 min/km

Stundenlauf

Runden: 37 (12.95 km)

Kategorie:

Strecken-Platzierung/Männer: 13 (von 36)

Senioren M50 (50-54)

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



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

Arnstadt / 20.03.2024

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	1:39	4:42	3	0:15	10	0:17	10,85	50:21	4:38	4	7:54	13	9:11
Runde 32	0,35	1:38	4:40	3	0:13	10	0:17	11,20	51:59	4:38	4	8:07	13	9:28
Runde 33	0,35	1:35	4:31	3	0:13	8	0:14	11,55	53:34	4:38	4	8:20	13	9:42
Runde 34	0,35	1:38	4:40	2	0:15	10	0:17	11,90	55:12	4:38	4	8:35	13	9:59
Runde 35	0,35	1:37	4:37	2	0:13	9	0:17	12,25	56:49	4:38	4	8:48	13	10:16
Runde 36	0,35	1:32	4:22	2	0:09	5	0:11	12,60	58:21	4:37	4	8:57	13	10:27
Runde 37	0,35	1:28	4:11	2	0:04	3	0:08	12,95	59:49	4:37	4	9:01	13	10:35