



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

Arnstadt / 20.03.2024

Detailauswertung

Frank Schirwinski

Verein: LTV Erfurt

Startnummer: 85

Strecke: 0,35 km/Runde

Stundenlauf

Kategorie:

Senioren M60 (60-64)

Gesamt-Zeit: 59:33

Geschwindigkeit: 11,08 km/h

Laufleistung: 5:19 min/km

Runden: 32 (11.2 km)

Strecken-Platzierung/Männer: 23 (von 36)

Kategorie-Platzierung: 2(von 4)

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	1:44	4:57	2	0:06	22	0:39	0,35	1:44	4:57	2	0:06	22	0:39				
Runde 2	0,35	1:47	5:05	2	0:03	24	0:34	0,70	3:31	5:01	2	0:09	23	1:13				
Runde 3	0,35	1:43	4:54	1	-	22	0:26	1,05	5:14	4:59	2	0:04	22	1:39				
Runde 4	0,35	1:48	5:08	1	-	22	0:31	1,40	7:02	5:01	2	0:02	22	2:10				
Runde 5	0,35	1:48	5:08	1	-	23	0:30	1,75	8:50	5:02	1	-	22	2:40				
Runde 6	0,35	1:47	5:05	1	-	21	0:28	2,10	10:37	5:03	1	-	23	3:08				
Runde 7	0,35	1:51	5:17	2	0:01	23	0:31	2,45	12:28	5:05	1	-	22	3:39				
Runde 8	0,35	1:46	5:02	1	-	19	0:26	2,80	14:14	5:04	1	-	22	4:05				
Runde 9	0,35	1:51	5:17	1	-	22	0:31	3,15	16:05	5:06	1	-	22	4:36				
Runde 10	0,35	1:52	5:20	2	0:01	23	0:32	3,50	17:57	5:07	1	-	22	5:08				
Runde 11	0,35	1:51	5:17	1	-	22	0:31	3,85	19:48	5:08	1	-	22	5:39				
Runde 12	0,35	1:52	5:20	1	-	22	0:34	4,20	21:40	5:09	1	-	22	6:13				
Runde 13	0,35	1:49	5:11	1	-	22	0:29	4,55	23:29	5:09	1	-	22	6:42				
Runde 14	0,35	1:50	5:14	1	-	22	0:31	4,90	25:19	5:10	1	-	22	7:13				
Runde 15	0,35	1:53	5:22	1	-	23	0:32	5,25	27:12	5:10	1	-	22	7:45				
Runde 16	0,35	1:54	5:25	2	0:03	24	0:34	5,60	29:06	5:11	1	-	22	8:19				
Runde 17	0,35	1:54	5:25	3	0:03	25	0:33	5,95	31:00	5:12	1	-	22	8:52				
Runde 18	0,35	1:51	5:17	1	-	22	0:32	6,30	32:51	5:12	1	-	22	9:24				
Runde 19	0,35	1:58	5:37	3	0:05	25	0:37	6,65	34:49	5:14	1	-	22	10:01				
Runde 20	0,35	1:57	5:34	3	0:04	24	0:37	7,00	36:46	5:15	1	-	21	10:38				
Runde 21	0,35	1:55	5:28	3	0:03	23	0:34	7,35	38:41	5:15	2	0:03	22	11:12				
Runde 22	0,35	1:55	5:28	2	0:01	23	0:34	7,70	40:36	5:16	2	0:03	22	11:46				
Runde 23	0,35	1:55	5:28	2	0:01	23	0:33	8,05	42:31	5:16	2	0:03	22	12:19				
Runde 24	0,35	1:56	5:31	3	0:02	23	0:34	8,40	44:27	5:17	2	0:05	22	12:53				
Runde 25	0,35	1:54	5:25	1	-	22	0:32	8,75	46:21	5:17	2	0:03	22	13:25				
Runde 26	0,35	1:54	5:25	1	-	22	0:33	9,10	48:15	5:18	2	0:02	22	13:58				
Runde 27	0,35	1:56	5:31	3	0:03	24	0:33	9,45	50:11	5:18	2	0:05	22	14:31				
Runde 28	0,35	1:58	5:37	3	0:07	26	0:34	9,80	52:09	5:19	2	0:09	22	15:05				
Runde 29	0,35	1:54	5:25	2	0:03	24	0:32	10,15	54:03	5:19	2	0:09	22	15:37				
Runde 30	0,35	1:54	5:25	3	0:05	27	0:32	10,50	55:57	5:19	2	0:14	22	16:09				



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	1:51	5:17	1	-	22	0:29	10,85	57:48	5:19	2	0:12	23	16:38
Runde 32	0,35	1:45	5:00	1	-	18	0:24	11,20	59:33	5:19	2	0:06	23	17:02