



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

Arnstadt / 31.01.2024

## Exploitation détaillée

**Nils Rutkowski**

Association: Blau-Weiss Meiningen

Dossard: 24

Circuit: 0.35 km/Tour

Halbstundenlauf

Catégorie:

Senioren M60 (60-64) H

Temps total: 28:59

Vitesse: 10.35 km/h

Kilométrage: 4:52 min/km

Tours: 17 (5.95 km)

Place par parcours/Hommes: 3 (de 14)

Place par catégorie: 1(de 4)

Poste	Temps intermédiaires							Résultats d'étape				Résultat total			
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm	
Tour 1	0.35	1:36	4:34	1	-	1	-	0.35	1:36	4:34	1	-	1	-	
Tour 2	0.35	1:41	4:48	1	-	3	0:11	0.70	3:17	4:41	1	-	3	0:07	
Tour 3	0.35	1:43	4:54	1	-	4	0:09	1.05	5:00	4:45	1	-	3	0:16	
Tour 4	0.35	1:39	4:42	1	-	3	0:04	1.40	6:39	4:45	1	-	3	0:20	
Tour 5	0.35	1:41	4:48	1	-	3	0:04	1.75	8:20	4:45	1	-	2	0:24	
Tour 6	0.35	1:41	4:48	1	-	3	0:03	2.10	10:01	4:46	1	-	2	0:27	
Tour 7	0.35	1:40	4:45	1	-	3	0:01	2.45	11:41	4:46	1	-	2	0:28	
Tour 8	0.35	1:42	4:51	1	-	2	0:01	2.80	13:23	4:46	1	-	2	0:29	
Tour 9	0.35	1:43	4:54	1	-	3	0:05	3.15	15:06	4:47	1	-	2	0:34	
Tour 10	0.35	1:43	4:54	1	-	4	0:07	3.50	16:49	4:48	1	-	3	0:41	
Tour 11	0.35	1:45	5:00	1	-	3	0:12	3.85	18:34	4:49	1	-	3	0:53	
Tour 12	0.35	1:45	5:00	1	-	3	0:11	4.20	20:19	4:50	1	-	3	1:04	
Tour 13	0.35	1:46	5:02	1	-	4	0:07	4.55	22:05	4:51	1	-	3	1:11	
Tour 14	0.35	1:45	5:00	1	-	5	0:08	4.90	23:50	4:51	1	-	3	1:19	
Tour 15	0.35	1:44	4:57	1	-	5	0:09	5.25	25:34	4:52	1	-	3	1:28	
Tour 16	0.35	1:44	4:57	1	-	5	0:07	5.60	27:18	4:52	1	-	3	1:33	
Tour 17	0.35	1:41	4:48	1	-	5	0:08	5.95	28:59	4:52	1	-	3	1:38	