



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

Arnstadt / 31.01.2024

Exploitation détaillée

Sabine Wenzel

Association: Laufftreff Plaue

Dossard: 14

Circuit: 0.35 km/Tour

Halbstundenlauf

Catégorie:

Seniorinnen W55 (55-59) H

Temps total: 29:39

Vitesse: 8.09 km/h

Kilométrage: 6:30 min/km

Tours: 13 (4.55 km)

Place par parcours/Femmes: 5 (de 8)

Place par catégorie: 1(de 1)

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Etape		Etape		Place		Retard		Place		Retard		Total		Total		Total		Place		Retard		Place		Retard	
	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes
Tour 1	0.35	2:00	5:42	1	-	5	0:25	0.35	2:00	5:42	1	-	5	0:25	0.35	2:00	5:42	1	-	5	0:25	0.35	2:00	5:42	1	-	5	0:25
Tour 2	0.35	2:11	6:14	1	-	5	0:37	0.70	4:11	5:58	1	-	5	1:02	0.70	4:11	5:58	1	-	5	1:02	0.70	4:11	5:58	1	-	5	1:02
Tour 3	0.35	2:20	6:40	1	-	5	0:45	1.05	6:31	6:12	1	-	5	1:47	1.05	6:31	6:12	1	-	5	1:47	1.05	6:31	6:12	1	-	5	1:47
Tour 4	0.35	2:21	6:42	1	-	5	0:46	1.40	8:52	6:20	1	-	5	2:33	1.40	8:52	6:20	1	-	5	2:33	1.40	8:52	6:20	1	-	5	2:33
Tour 5	0.35	2:19	6:37	1	-	5	0:42	1.75	11:11	6:23	1	-	5	3:15	1.75	11:11	6:23	1	-	5	3:15	1.75	11:11	6:23	1	-	5	3:15
Tour 6	0.35	2:15	6:25	1	-	4	0:37	2.10	13:26	6:23	1	-	5	3:52	2.10	13:26	6:23	1	-	5	3:52	2.10	13:26	6:23	1	-	5	3:52
Tour 7	0.35	2:18	6:34	1	-	4	0:38	2.45	15:44	6:25	1	-	5	4:30	2.45	15:44	6:25	1	-	5	4:30	2.45	15:44	6:25	1	-	5	4:30
Tour 8	0.35	2:19	6:37	1	-	4	0:39	2.80	18:03	6:26	1	-	5	5:09	2.80	18:03	6:26	1	-	5	5:09	2.80	18:03	6:26	1	-	5	5:09
Tour 9	0.35	2:17	6:31	1	-	4	0:40	3.15	20:20	6:27	1	-	5	5:49	3.15	20:20	6:27	1	-	5	5:49	3.15	20:20	6:27	1	-	5	5:49
Tour 10	0.35	2:22	6:45	1	-	5	0:46	3.50	22:42	6:29	1	-	5	6:35	3.50	22:42	6:29	1	-	5	6:35	3.50	22:42	6:29	1	-	5	6:35
Tour 11	0.35	2:22	6:45	1	-	5	0:48	3.85	25:04	6:30	1	-	5	7:23	3.85	25:04	6:30	1	-	5	7:23	3.85	25:04	6:30	1	-	5	7:23
Tour 12	0.35	2:20	6:40	1	-	5	0:46	4.20	27:24	6:31	1	-	5	8:09	4.20	27:24	6:31	1	-	5	8:09	4.20	27:24	6:31	1	-	5	8:09
Tour 13	0.35	2:15	6:25	1	-	5	0:37	4.55	29:39	6:30	1	-	5	8:46	4.55	29:39	6:30	1	-	5	8:46	4.55	29:39	6:30	1	-	5	8:46