



1. SPORTident Winter-Stundenlaufserie mit Musik (2. Lauf)

Arnstadt / 21.02.2024

Exploitation détaillée

Mandy Breyer

Association: Shaolinzentrum Ilmkreis e.V.

Dossard: 4

Circuit: 0.35 km/Tour

Halbstundenlauf

Catégorie:

Seniorinnen W40 (40-44) H

Temps total: 29:19

Vitesse: 10.74 km/h

Kilométrage: 5:35 min/km

Tours: 15 (5.25 km)

Place par parcours/Femmes: 3 (de 14)

Place par catégorie: 2(de 4)

Poste	Temps intermédiaires							Résultats d'étape				Résultat total			
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Femme	Retard Femmes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Femme	Retard Femmes	
Tour 1	0.35	1:49	5:11	2	0:29	3	0:29	0.35	1:49	5:11	2	0:29	3	0:29	
Tour 2	0.35	1:50	5:14	2	0:24	3	0:24	0.70	3:39	5:12	2	0:53	3	0:53	
Tour 3	0.35	1:52	5:20	2	0:22	3	0:22	1.05	5:31	5:15	2	1:15	3	1:15	
Tour 4	0.35	1:52	5:20	2	0:24	3	0:24	1.40	7:23	5:16	2	1:39	3	1:39	
Tour 5	0.35	1:57	5:34	2	0:26	4	0:26	1.75	9:20	5:20	2	2:05	3	2:05	
Tour 6	0.35	2:03	5:51	3	0:32	5	0:32	2.10	11:23	5:25	3	2:37	4	2:37	
Tour 7	0.35	1:58	5:37	2	0:25	4	0:25	2.45	13:21	5:26	3	3:02	4	3:02	
Tour 8	0.35	1:59	5:40	3	0:29	4	0:29	2.80	15:20	5:28	3	3:31	4	3:31	
Tour 9	0.35	2:00	5:42	2	0:28	3	0:28	3.15	17:20	5:30	3	3:59	4	3:59	
Tour 10	0.35	2:03	5:51	3	0:31	5	0:31	3.50	19:23	5:32	3	4:30	4	4:30	
Tour 11	0.35	2:03	5:51	3	0:31	4	0:31	3.85	21:26	5:34	3	5:01	4	5:01	
Tour 12	0.35	2:00	5:42	2	0:27	3	0:27	4.20	23:26	5:34	3	5:28	4	5:28	
Tour 13	0.35	1:58	5:37	2	0:24	3	0:24	4.55	25:24	5:34	3	5:52	4	5:52	
Tour 14	0.35	2:00	5:42	2	0:26	4	0:26	4.90	27:24	5:35	3	6:18	4	6:18	
Tour 15	0.35	1:55	5:28	2	0:22	3	0:22	5.25	29:19	5:35	2	6:40	3	6:40	