



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

Arnstadt / 20.03.2024

Exploitation détaillée

Nils Rutkowski

Temps total: 29:31

Association: TEAM PRACHTREGION (RSV Blau Weiß Meiningen) 12.20 km/h

Dossard: 21

Kilométrage: 4:41 min/km

Circuit: 0.35 km/Tour

Tours: 18 (6.3 km)

Halbstundenlauf

Place par parcours/Hommes: 4 (de 23)

Catégorie:

Place par catégorie: 1(de 5)

Senioren M60 (60-64) H

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.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes
Tour 1	0.35	1:28	4:11	1	-	3	0:04	0.35	1:28	4:11	1	-	3	0:04	0.35	1:28	4:11	1	-	3	0:04	0.35	1:28	4:11	1	-	3	0:04
Tour 2	0.35	1:33	4:25	1	-	4	0:09	0.70	3:01	4:18	1	-	3	0:13	0.70	3:01	4:18	1	-	3	0:13	0.70	3:01	4:18	1	-	3	0:13
Tour 3	0.35	1:37	4:37	1	-	5	0:12	1.05	4:38	4:24	1	-	4	0:25	1.05	4:38	4:24	1	-	4	0:25	1.05	4:38	4:24	1	-	4	0:25
Tour 4	0.35	1:37	4:37	1	-	4	0:10	1.40	6:15	4:27	1	-	4	0:35	1.40	6:15	4:27	1	-	4	0:35	1.40	6:15	4:27	1	-	4	0:35
Tour 5	0.35	1:39	4:42	1	-	4	0:12	1.75	7:54	4:30	1	-	4	0:47	1.75	7:54	4:30	1	-	4	0:47	1.75	7:54	4:30	1	-	4	0:47
Tour 6	0.35	1:39	4:42	1	-	4	0:22	2.10	9:33	4:32	1	-	4	0:59	2.10	9:33	4:32	1	-	4	0:59	2.10	9:33	4:32	1	-	4	0:59
Tour 7	0.35	1:38	4:40	1	-	4	0:10	2.45	11:11	4:33	1	-	4	1:09	2.45	11:11	4:33	1	-	4	1:09	2.45	11:11	4:33	1	-	4	1:09
Tour 8	0.35	1:39	4:42	1	-	4	0:09	2.80	12:50	4:35	1	-	4	1:18	2.80	12:50	4:35	1	-	4	1:18	2.80	12:50	4:35	1	-	4	1:18
Tour 9	0.35	1:40	4:45	1	-	3	0:12	3.15	14:30	4:36	1	-	4	1:30	3.15	14:30	4:36	1	-	4	1:30	3.15	14:30	4:36	1	-	4	1:30
Tour 10	0.35	1:41	4:48	1	-	3	0:11	3.50	16:11	4:37	1	-	4	1:41	3.50	16:11	4:37	1	-	4	1:41	3.50	16:11	4:37	1	-	4	1:41
Tour 11	0.35	1:42	4:51	1	-	3	0:12	3.85	17:53	4:38	1	-	4	1:53	3.85	17:53	4:38	1	-	4	1:53	3.85	17:53	4:38	1	-	4	1:53
Tour 12	0.35	1:39	4:42	1	-	2	0:08	4.20	19:32	4:39	1	-	4	2:01	4.20	19:32	4:39	1	-	4	2:01	4.20	19:32	4:39	1	-	4	2:01
Tour 13	0.35	1:41	4:48	1	-	2	0:10	4.55	21:13	4:39	1	-	4	2:11	4.55	21:13	4:39	1	-	4	2:11	4.55	21:13	4:39	1	-	4	2:11
Tour 14	0.35	1:41	4:48	1	-	2	0:09	4.90	22:54	4:40	1	-	4	2:20	4.90	22:54	4:40	1	-	4	2:20	4.90	22:54	4:40	1	-	4	2:20
Tour 15	0.35	1:41	4:48	1	-	3	0:10	5.25	24:35	4:40	1	-	4	2:30	5.25	24:35	4:40	1	-	4	2:30	5.25	24:35	4:40	1	-	4	2:30
Tour 16	0.35	1:41	4:48	1	-	5	0:09	5.60	26:16	4:41	1	-	4	2:39	5.60	26:16	4:41	1	-	4	2:39	5.60	26:16	4:41	1	-	4	2:39
Tour 17	0.35	1:41	4:48	1	-	3	0:11	5.95	27:57	4:41	1	-	4	2:50	5.95	27:57	4:41	1	-	4	2:50	5.95	27:57	4:41	1	-	4	2:50
Tour 18	0.35	1:34	4:28	1	-	3	0:03	6.30	29:31	4:41	1	-	4	2:53	6.30	29:31	4:41	1	-	4	2:53	6.30	29:31	4:41	1	-	4	2:53