



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

Arnstadt / 20.03.2024

## Exploitation détaillée

**Gerhard Dehmel**

Association: THWV Ilmenau

Dossard: 100

Circuit: 0.35 km/Tour

Halbstundenlauf

Catégorie:

Senioren M80 (80+) H

Temps total: 29:55

Vitesse: 8.02 km/h

Kilométrage: 6:34 min/km

Tours: 13 (4.55 km)

Place par parcours/Hommes: 20 (de 23)

Place par catégorie: 1(de 1)

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	2:06	6:00	1	-	20	0:42	0.35	2:06	6:00	1	-	20	0:42	
Tour 2	0.35	2:06	6:00	1	-	21	0:42	0.70	4:12	6:00	1	-	21	1:24	
Tour 3	0.35	2:10	6:11	1	-	21	0:45	1.05	6:22	6:03	1	-	21	2:09	
Tour 4	0.35	2:14	6:22	1	-	21	0:47	1.40	8:36	6:08	1	-	21	2:56	
Tour 5	0.35	2:18	6:34	1	-	21	0:51	1.75	10:54	6:13	1	-	21	3:47	
Tour 6	0.35	2:20	6:40	1	-	21	1:03	2.10	13:14	6:18	1	-	21	4:40	
Tour 7	0.35	2:20	6:40	1	-	18	0:52	2.45	15:34	6:21	1	-	20	5:32	
Tour 8	0.35	2:19	6:37	1	-	18	0:49	2.80	17:53	6:23	1	-	20	6:21	
Tour 9	0.35	2:25	6:54	1	-	21	0:57	3.15	20:18	6:26	1	-	20	7:18	
Tour 10	0.35	2:27	7:00	1	-	20	0:57	3.50	22:45	6:30	1	-	20	8:15	
Tour 11	0.35	2:27	7:00	1	-	19	0:57	3.85	25:12	6:32	1	-	20	9:12	
Tour 12	0.35	2:26	6:57	1	-	19	0:55	4.20	27:38	6:34	1	-	20	10:07	
Tour 13	0.35	2:17	6:31	1	-	19	0:46	4.55	29:55	6:34	1	-	20	10:53	