



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

Arnstadt / 20.03.2024

## Exploitation détaillée

**Nicole Wysocki**

Association: Laufladen Erfurt OCR Team

Dossard: 30

Circuit: 0.35 km/Tour

Halbstundenlauf

Catégorie:

Seniorinnen W40 (40-44) H

Temps total: 29:24

Vitesse: 10.20 km/h

Kilométrage: 5:35 min/km

Tours: 15 (5.25 km)

Place par parcours/Femmes: 5 (de 13)

Place par catégorie: 2(de 3)

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

| Poste   | Etape |       | Place | Retard | Place |       | Retard | Total |        | Place | Retard | Place |       | Retard |
|---------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|--------|-------|--------|-------|--------|-------|-------|--------|
|         | km    | Temps |       |        | catg. | catg. |        | Femme | Femmes |       |        | km    | Temps |        |
| Tour 1  | 0.35  | 1:56  | 5:31  | 2      | 0:32  | 5     | 0:32   | 0.35  | 1:56   | 5:31  | 2      | 0:32  | 5     | 0:32   |
| Tour 2  | 0.35  | 1:51  | 5:17  | 2      | 0:27  | 5     | 0:27   | 0.70  | 3:47   | 5:24  | 2      | 0:59  | 5     | 0:59   |
| Tour 3  | 0.35  | 1:52  | 5:20  | 2      | 0:27  | 5     | 0:27   | 1.05  | 5:39   | 5:22  | 2      | 1:26  | 5     | 1:26   |
| Tour 4  | 0.35  | 1:56  | 5:31  | 2      | 0:27  | 5     | 0:27   | 1.40  | 7:35   | 5:25  | 2      | 1:53  | 5     | 1:53   |
| Tour 5  | 0.35  | 1:55  | 5:28  | 2      | 0:24  | 5     | 0:24   | 1.75  | 9:30   | 5:25  | 2      | 2:17  | 5     | 2:17   |
| Tour 6  | 0.35  | 1:56  | 5:31  | 2      | 0:24  | 5     | 0:24   | 2.10  | 11:26  | 5:26  | 2      | 2:41  | 5     | 2:41   |
| Tour 7  | 0.35  | 1:57  | 5:34  | 2      | 0:25  | 5     | 0:25   | 2.45  | 13:23  | 5:27  | 2      | 3:06  | 5     | 3:06   |
| Tour 8  | 0.35  | 1:58  | 5:37  | 2      | 0:26  | 5     | 0:26   | 2.80  | 15:21  | 5:28  | 2      | 3:32  | 5     | 3:32   |
| Tour 9  | 0.35  | 2:00  | 5:42  | 2      | 0:28  | 5     | 0:28   | 3.15  | 17:21  | 5:30  | 2      | 4:00  | 5     | 4:00   |
| Tour 10 | 0.35  | 2:01  | 5:45  | 2      | 0:28  | 5     | 0:28   | 3.50  | 19:22  | 5:31  | 2      | 4:28  | 5     | 4:28   |
| Tour 11 | 0.35  | 2:01  | 5:45  | 2      | 0:26  | 5     | 0:26   | 3.85  | 21:23  | 5:33  | 2      | 4:54  | 5     | 4:54   |
| Tour 12 | 0.35  | 2:01  | 5:45  | 2      | 0:29  | 5     | 0:40   | 4.20  | 23:24  | 5:34  | 2      | 5:23  | 5     | 5:23   |
| Tour 13 | 0.35  | 2:02  | 5:48  | 2      | 0:31  | 7     | 0:36   | 4.55  | 25:26  | 5:35  | 2      | 5:54  | 5     | 5:54   |
| Tour 14 | 0.35  | 2:01  | 5:45  | 2      | 0:27  | 6     | 0:32   | 4.90  | 27:27  | 5:36  | 2      | 6:21  | 5     | 6:21   |
| Tour 15 | 0.35  | 1:57  | 5:34  | 2      | 0:22  | 5     | 0:27   | 5.25  | 29:24  | 5:35  | 2      | 6:43  | 5     | 6:43   |