



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

Arnstadt / 31.01.2024

Detalizēti rezultāti

Stefan Röder

Klubs: RSV Adler Arnstadt e.V.

Numurs: 22

Posms: 0.35 km/Aplis

Halbstundenlauf

Grupa:

Senioren M45 (45-49) H

Kopējais laiks: 28:52

Ātrums: 12.47 km/h

Skrējiena izpildījums: 4:34 min/km

Aplī: 18 (6.3 km)

Vieta distancē/Vīrieši: 1 (no 14)

Vieta grupā: 1(no 2)

Vidējie laiki

Posma rezultāts

Kopējais rezultāts

| Kontrolpunkts | Posma rezultāts | | | Kopējais rezultāts | | | | | | | | | | |
|---------------|-----------------|-------------|--------------|---------------------|----------------------|---------|---------|---------|------------|-------------|---------------------|----------------------|---------|---------|
| | Posma km | Posma Laiks | Posma min/km | Vietāztrūkum: grupā | Vietāztrūkums: grupā | Vīrieši | Vīrieši | Kopā km | Kopā Laiks | Kopā min/km | Vietāztrūkum: grupā | Vietāztrūkums: grupā | Vīrieši | Vīrieši |
| Aplis 1 | 0.35 | 1:37 | 4:37 | 1 | - | 2 | 0:01 | 0.35 | 1:37 | 4:37 | 1 | - | 2 | 0:01 |
| Aplis 2 | 0.35 | 1:33 | 4:25 | 1 | - | 2 | 0:03 | 0.70 | 3:10 | 4:31 | 1 | - | 1 | - |
| Aplis 3 | 0.35 | 1:34 | 4:28 | 1 | - | 1 | - | 1.05 | 4:44 | 4:30 | 1 | - | 1 | - |
| Aplis 4 | 0.35 | 1:35 | 4:31 | 1 | - | 1 | - | 1.40 | 6:19 | 4:30 | 1 | - | 1 | - |
| Aplis 5 | 0.35 | 1:37 | 4:37 | 1 | - | 1 | - | 1.75 | 7:56 | 4:31 | 1 | - | 1 | - |
| Aplis 6 | 0.35 | 1:38 | 4:40 | 1 | - | 1 | - | 2.10 | 9:34 | 4:33 | 1 | - | 1 | - |
| Aplis 7 | 0.35 | 1:39 | 4:42 | 1 | - | 1 | - | 2.45 | 11:13 | 4:34 | 1 | - | 1 | - |
| Aplis 8 | 0.35 | 1:41 | 4:48 | 1 | - | 1 | - | 2.80 | 12:54 | 4:36 | 1 | - | 1 | - |
| Aplis 9 | 0.35 | 1:38 | 4:40 | 1 | - | 1 | - | 3.15 | 14:32 | 4:36 | 1 | - | 1 | - |
| Aplis 10 | 0.35 | 1:36 | 4:34 | 1 | - | 1 | - | 3.50 | 16:08 | 4:36 | 1 | - | 1 | - |
| Aplis 11 | 0.35 | 1:33 | 4:25 | 1 | - | 1 | - | 3.85 | 17:41 | 4:35 | 1 | - | 1 | - |
| Aplis 12 | 0.35 | 1:34 | 4:28 | 1 | - | 1 | - | 4.20 | 19:15 | 4:35 | 1 | - | 1 | - |
| Aplis 13 | 0.35 | 1:39 | 4:42 | 1 | - | 1 | - | 4.55 | 20:54 | 4:35 | 1 | - | 1 | - |
| Aplis 14 | 0.35 | 1:37 | 4:37 | 1 | - | 1 | - | 4.90 | 22:31 | 4:35 | 1 | - | 1 | - |
| Aplis 15 | 0.35 | 1:35 | 4:31 | 1 | - | 1 | - | 5.25 | 24:06 | 4:35 | 1 | - | 1 | - |
| Aplis 16 | 0.35 | 1:39 | 4:42 | 1 | - | 2 | 0:02 | 5.60 | 25:45 | 4:35 | 1 | - | 1 | - |
| Aplis 17 | 0.35 | 1:36 | 4:34 | 1 | - | 2 | 0:03 | 5.95 | 27:21 | 4:35 | 1 | - | 1 | - |
| Aplis 18 | 0.35 | 1:31 | 4:19 | 1 | - | 1 | - | 6.30 | 28:52 | 4:34 | 1 | - | 1 | - |