



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

Arnstadt / 31.01.2024

□□□□

Sebastian Petermann

□□: Kesselbrunn Runners

□□: 18

□□: 0.35 km/□□

Halbstundenlauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44) H

□□□: 29:31

□□: 10.16 km/h

□□□□: 4:57 min/km

□: 17 (5.95 km)

□□□□□/□: 5 (of 14)

□□□□□: 1(of 2)

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	0.35	1:43	4:54	2	0:02	7	0:07	0.35	1:43	4:54	2	0:02	7	0:07	
□□ 2	0.35	1:50	5:14	2	0:07	9	0:20	0.70	3:33	5:04	2	0:09	8	0:23	
□□ 3	0.35	1:48	5:08	2	0:02	8	0:14	1.05	5:21	5:05	2	0:11	8	0:37	
□□ 4	0.35	1:45	5:00	1	-	5	0:10	1.40	7:06	5:04	2	0:09	8	0:47	
□□ 5	0.35	1:43	4:54	1	-	4	0:06	1.75	8:49	5:02	2	0:06	7	0:53	
□□ 6	0.35	1:45	5:00	1	-	5	0:07	2.10	10:34	5:01	2	0:04	7	1:00	
□□ 7	0.35	1:44	4:57	1	-	4	0:05	2.45	12:18	5:01	1	-	5	1:05	
□□ 8	0.35	1:45	5:00	1	-	4	0:04	2.80	14:03	5:01	1	-	5	1:09	
□□ 9	0.35	1:46	5:02	1	-	4	0:08	3.15	15:49	5:01	1	-	5	1:17	
□□ 10	0.35	1:44	4:57	1	-	5	0:08	3.50	17:33	5:00	1	-	5	1:25	
□□ 11	0.35	1:45	5:00	1	-	3	0:12	3.85	19:18	5:00	1	-	5	1:37	
□□ 12	0.35	1:45	5:00	1	-	3	0:11	4.20	21:03	5:00	1	-	5	1:48	
□□ 13	0.35	1:45	5:00	1	-	3	0:06	4.55	22:48	5:00	1	-	5	1:54	
□□ 14	0.35	1:44	4:57	1	-	3	0:07	4.90	24:32	5:00	1	-	5	2:01	
□□ 15	0.35	1:42	4:51	1	-	3	0:07	5.25	26:14	4:59	1	-	5	2:08	
□□ 16	0.35	1:41	4:48	1	-	3	0:04	5.60	27:55	4:59	1	-	5	2:10	
□□ 17	0.35	1:36	4:34	1	-	2	0:03	5.95	29:31	4:57	1	-	5	2:10	