



1. SPORTident Winter-Stundenlaufserie mit Musik (2. Lauf)

Arnstadt / 21.02.2024

□□□□

Janine Urban

□□□: 30:00

□□: 29

□□: 8.00 km/h

□□: 0.35 km/□□

□□□□: 6:07 min/km

Halbstundenlauf

□: 14 (4.9 km)

□□□□:

□□□□□/□: 7 (of 14)

Seniorinnen W35 (35-39) H

□□□□□: 1(of 1)

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	0.35	2:07	6:02	1	-	9	0:47	0.35	2:07	6:02	1	-	9	0:47	
□□ 2	0.35	1:58	5:37	1	-	7	0:32	0.70	4:05	5:49	1	-	7	1:19	
□□ 3	0.35	2:04	5:54	1	-	7	0:34	1.05	6:09	5:51	1	-	7	1:53	
□□ 4	0.35	2:08	6:05	1	-	7	0:40	1.40	8:17	5:55	1	-	7	2:33	
□□ 5	0.35	2:05	5:57	1	-	7	0:34	1.75	10:22	5:55	1	-	7	3:07	
□□ 6	0.35	2:04	5:54	1	-	6	0:33	2.10	12:26	5:55	1	-	7	3:40	
□□ 7	0.35	2:08	6:05	1	-	7	0:35	2.45	14:34	5:56	1	-	7	4:15	
□□ 8	0.35	2:08	6:05	1	-	7	0:38	2.80	16:42	5:57	1	-	7	4:53	
□□ 9	0.35	2:15	6:25	1	-	8	0:43	3.15	18:57	6:00	1	-	7	5:36	
□□ 10	0.35	2:20	6:40	1	-	8	0:48	3.50	21:17	6:04	1	-	7	6:24	
□□ 11	0.35	2:25	6:54	1	-	8	0:53	3.85	23:42	6:09	1	-	7	7:17	
□□ 12	0.35	2:09	6:08	1	-	7	0:36	4.20	25:51	6:09	1	-	7	7:53	
□□ 13	0.35	2:13	6:20	1	-	7	0:39	4.55	28:04	6:10	1	-	7	8:32	
□□ 14	0.35	1:56	5:31	1	-	3	0:22	4.90	30:00	6:07	1	-	7	8:54	