



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

Arnstadt / 21.02.2024

□□□□

Nicole Beyer

□□: SV Ichtershausen

□□: 3

□□: 0.35 km/□□

Halbstundenlauf

□□□□:

Seniorinnen W45 (45-49) H

□□□: 29:35

□□: 10.14 km/h

□□□□: 4:58 min/km

□: 17 (5.95 km)

□□□□□/□: 2 (of 14)

□□□□□: 1(of 2)

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	0.35	1:39	4:42	1	-	2	0:19	0.35	1:39	4:42	1	-	2	0:19	
□□ 2	0.35	1:40	4:45	1	-	2	0:14	0.70	3:19	4:44	1	-	2	0:33	
□□ 3	0.35	1:41	4:48	1	-	2	0:11	1.05	5:00	4:45	1	-	2	0:44	
□□ 4	0.35	1:41	4:48	1	-	2	0:13	1.40	6:41	4:46	1	-	2	0:57	
□□ 5	0.35	1:44	4:57	1	-	2	0:13	1.75	8:25	4:48	1	-	2	1:10	
□□ 6	0.35	1:42	4:51	1	-	2	0:11	2.10	10:07	4:49	1	-	2	1:21	
□□ 7	0.35	1:45	5:00	1	-	2	0:12	2.45	11:52	4:50	1	-	2	1:33	
□□ 8	0.35	1:45	5:00	1	-	2	0:15	2.80	13:37	4:51	1	-	2	1:48	
□□ 9	0.35	1:44	4:57	1	-	2	0:12	3.15	15:21	4:52	1	-	2	2:00	
□□ 10	0.35	1:47	5:05	1	-	2	0:15	3.50	17:08	4:53	1	-	2	2:15	
□□ 11	0.35	1:45	5:00	1	-	2	0:13	3.85	18:53	4:54	1	-	2	2:28	
□□ 12	0.35	1:47	5:05	1	-	2	0:14	4.20	20:40	4:55	1	-	2	2:42	
□□ 13	0.35	1:46	5:02	1	-	2	0:12	4.55	22:26	4:55	1	-	2	2:54	
□□ 14	0.35	1:47	5:05	1	-	2	0:13	4.90	24:13	4:56	1	-	2	3:07	
□□ 15	0.35	1:47	5:05	1	-	2	0:14	5.25	26:00	4:57	1	-	2	3:21	
□□ 16	0.35	1:48	5:08	1	-	2	0:13	5.60	27:48	4:57	1	-	2	3:34	
□□ 17	0.35	1:47	5:05	1	-	2	0:12	5.95	29:35	4:58	1	-	2	3:46	