



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

Arnstadt / 21.02.2024

□□□□

Sabine Wenzel

□□: Lauftreff Plaue

□□: 24

□□: 0.35 km/□□

Halbstundenlauf

□□□□:

Seniorinnen W55 (55-59) H

□□□: 28:28

□□: 9.59 km/h

□□□□: 6:15 min/km

□: 13 (4.55 km)

□□□□□/□: 8 (of 14)

□□□□□: 1(of 1)

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	0.35	2:06	6:00	1	-	8	0:46	0.35	2:06	6:00	1	-	8	0:46	
□□ 2	0.35	2:04	5:54	1	-	8	0:38	0.70	4:10	5:57	1	-	8	1:24	
□□ 3	0.35	2:10	6:11	1	-	8	0:40	1.05	6:20	6:01	1	-	8	2:04	
□□ 4	0.35	2:12	6:17	1	-	8	0:44	1.40	8:32	6:05	1	-	8	2:48	
□□ 5	0.35	2:11	6:14	1	-	8	0:40	1.75	10:43	6:07	1	-	8	3:28	
□□ 6	0.35	2:11	6:14	1	-	8	0:40	2.10	12:54	6:08	1	-	8	4:08	
□□ 7	0.35	2:11	6:14	1	-	8	0:38	2.45	15:05	6:09	1	-	8	4:46	
□□ 8	0.35	2:14	6:22	1	-	8	0:44	2.80	17:19	6:11	1	-	8	5:30	
□□ 9	0.35	2:11	6:14	1	-	7	0:39	3.15	19:30	6:11	1	-	8	6:09	
□□ 10	0.35	2:15	6:25	1	-	7	0:43	3.50	21:45	6:12	1	-	8	6:52	
□□ 11	0.35	2:14	6:22	1	-	7	0:42	3.85	23:59	6:13	1	-	8	7:34	
□□ 12	0.35	2:12	6:17	1	-	8	0:39	4.20	26:11	6:14	1	-	8	8:13	
□□ 13	0.35	2:17	6:31	1	-	8	0:43	4.55	28:28	6:15	1	-	8	8:56	