



1. SPORTident Winter-Stundenlaufserie mit Musik (3. Lauf)

Arnstadt / 20.03.2024

□□□□

Selina Thiem

□□: SV Pöllwitz

□□: 81

□□: 0.35 km/□□

Halbstundenlauf

□□□□:

Frauen (20-29 Jahre) H

□□□: 29:37

□□: 8.10 km/h

□□□□: 6:02 min/km

□: 14 (4.9 km)

□□□□□/□: 7 (of 13)

□□□□□: 2(of 3)

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	0.35	2:01	5:45	1	-	7	0:37	0.35	2:01	5:45	1	-	7	0:37
□□ 2	0.35	2:00	5:42	1	-	6	0:36	0.70	4:01	5:44	1	-	6	1:13
□□ 3	0.35	2:03	5:51	2	0:02	7	0:38	1.05	6:04	5:46	1	-	6	1:51
□□ 4	0.35	2:07	6:02	2	0:04	8	0:38	1.40	8:11	5:50	2	0:02	7	2:29
□□ 5	0.35	2:09	6:08	2	0:04	8	0:38	1.75	10:20	5:54	2	0:06	8	3:07
□□ 6	0.35	2:11	6:14	2	0:04	7	0:39	2.10	12:31	5:57	2	0:10	8	3:46
□□ 7	0.35	2:13	6:20	2	0:03	7	0:41	2.45	14:44	6:00	2	0:13	8	4:27
□□ 8	0.35	2:13	6:20	2	0:04	8	0:41	2.80	16:57	6:03	2	0:17	8	5:08
□□ 9	0.35	2:14	6:22	2	0:02	8	0:42	3.15	19:11	6:05	2	0:19	8	5:50
□□ 10	0.35	2:16	6:28	2	0:07	9	0:43	3.50	21:27	6:07	2	0:26	8	6:33
□□ 11	0.35	2:17	6:31	2	0:07	9	0:42	3.85	23:44	6:09	2	0:33	8	7:15
□□ 12	0.35	2:11	6:14	1	-	6	0:50	4.20	25:55	6:10	2	0:33	8	7:54
□□ 13	0.35	1:55	5:28	1	-	5	0:29	4.55	27:50	6:07	2	0:27	7	8:18
□□ 14	0.35	1:47	5:05	1	-	5	0:18	4.90	29:37	6:02	2	0:12	7	8:31