



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

Arnstadt / 20.03.2024

□□□□

Siegfried Ritter

□□: SPORTident

□□: 61

□□: 0.35 km/□□

Stundenlauf

□□□□:

Senioren M65 (65-69)

□□□: 59:47

□□: 11.04 km/h

□□□□: 5:01 min/km

□: 34 (11.9 km)

□□□□□/□: 18 (of 36)

□□□□□: 1(of 3)

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	0.35	1:41	4:48	1	-	19	0:36	0.35	1:41	4:48	1	-	19	0:36
□□ 2	0.35	1:42	4:51	1	-	19	0:29	0.70	3:23	4:50	1	-	21	1:05
□□ 3	0.35	1:42	4:51	1	-	19	0:25	1.05	5:05	4:50	1	-	20	1:30
□□ 4	0.35	1:46	5:02	1	-	21	0:29	1.40	6:51	4:53	1	-	20	1:59
□□ 5	0.35	1:47	5:05	1	-	22	0:29	1.75	8:38	4:55	1	-	20	2:28
□□ 6	0.35	1:47	5:05	1	-	21	0:28	2.10	10:25	4:57	1	-	20	2:56
□□ 7	0.35	1:46	5:02	1	-	20	0:26	2.45	12:11	4:58	1	-	20	3:22
□□ 8	0.35	1:46	5:02	1	-	19	0:26	2.80	13:57	4:58	1	-	20	3:48
□□ 9	0.35	1:47	5:05	1	-	21	0:27	3.15	15:44	4:59	1	-	20	4:15
□□ 10	0.35	1:47	5:05	1	-	20	0:27	3.50	17:31	5:00	1	-	20	4:42
□□ 11	0.35	1:45	5:00	1	-	18	0:25	3.85	19:16	5:00	1	-	20	5:07
□□ 12	0.35	1:46	5:02	1	-	18	0:28	4.20	21:02	5:00	1	-	20	5:35
□□ 13	0.35	1:46	5:02	1	-	18	0:26	4.55	22:48	5:00	1	-	20	6:01
□□ 14	0.35	1:44	4:57	1	-	17	0:25	4.90	24:32	5:00	1	-	20	6:26
□□ 15	0.35	1:47	5:05	1	-	20	0:26	5.25	26:19	5:00	1	-	20	6:52
□□ 16	0.35	1:47	5:05	1	-	18	0:27	5.60	28:06	5:01	1	-	20	7:19
□□ 17	0.35	1:45	5:00	1	-	17	0:24	5.95	29:51	5:01	1	-	19	7:43
□□ 18	0.35	1:47	5:05	1	-	19	0:28	6.30	31:38	5:01	1	-	19	8:11
□□ 19	0.35	1:46	5:02	1	-	18	0:25	6.65	33:24	5:01	1	-	20	8:36
□□ 20	0.35	1:46	5:02	1	-	18	0:26	7.00	35:10	5:01	1	-	19	9:02
□□ 21	0.35	1:47	5:05	1	-	19	0:26	7.35	36:57	5:01	1	-	20	9:28
□□ 22	0.35	1:48	5:08	1	-	19	0:27	7.70	38:45	5:01	1	-	20	9:55
□□ 23	0.35	1:47	5:05	1	-	17	0:25	8.05	40:32	5:02	1	-	20	10:20
□□ 24	0.35	1:46	5:02	1	-	15	0:24	8.40	42:18	5:02	1	-	19	10:44
□□ 25	0.35	1:47	5:05	1	-	17	0:25	8.75	44:05	5:02	1	-	19	11:09
□□ 26	0.35	1:48	5:08	1	-	17	0:27	9.10	45:53	5:02	1	-	18	11:36
□□ 27	0.35	1:46	5:02	1	-	17	0:23	9.45	47:39	5:02	1	-	18	11:59
□□ 28	0.35	1:45	5:00	1	-	15	0:21	9.80	49:24	5:02	1	-	18	12:20
□□ 29	0.35	1:45	5:00	1	-	16	0:23	10.15	51:09	5:02	1	-	18	12:43
□□ 30	0.35	1:46	5:02	1	-	17	0:24	10.50	52:55	5:02	1	-	18	13:07



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

Arnstadt / 20.03.2024

0000

0000

000

000	00	00	00	00	00	00	00	000	000	000	00	00	00	00
	km	00	min/km	-	-	0	0	km	00	min/km	-	-	0	0
00 31	0.35	1:45	5:00	1	-	16	0:23	10.85	54:40	5:02	1	-	18	13:30
00 32	0.35	1:43	4:54	1	-	15	0:22	11.20	56:23	5:02	1	-	18	13:52
00 33	0.35	1:45	5:00	1	-	17	0:24	11.55	58:08	5:01	1	-	18	14:16
00 34	0.35	1:39	4:42	1	-	12	0:18	11.90	59:47	5:01	1	-	18	14:34