



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

Arnstadt / 15.01.2025

0000

Thorsten Hengelhaupt

00: VfB Torpedo Ichttershausen e.V.

00: 16

00: 0.49 km/00

Halbstundenlauf

0000:

Senioren M45 (45-49) H

000: 29:11

00: 10.28 km/h

0000: 4:57 min/km

0: 12 (5.88 km)

00000/0: 10 (of 38)

00000: 4(of 7)

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 1	0.49	2:22	4:49	5	0:15	16	0:15	0.49	2:22	4:49	5	0:15	16	0:15
00 2	0.49	2:18	4:41	4	0:12	7	0:12	0.98	4:40	4:45	4	0:27	12	0:27
00 3	0.49	2:24	4:53	4	0:18	13	0:18	1.47	7:04	4:48	4	0:45	13	0:45
00 4	0.49	2:25	4:55	4	0:12	11	0:15	1.96	9:29	4:50	4	0:57	13	0:57
00 5	0.49	2:25	4:55	4	0:22	8	0:22	2.45	11:54	4:51	4	1:19	13	1:19
00 6	0.49	2:26	4:57	4	0:20	8	0:20	2.94	14:20	4:52	4	1:39	13	1:39
00 7	0.49	2:27	5:00	4	0:22	9	0:22	3.43	16:47	4:53	4	2:01	12	2:01
00 8	0.49	2:28	5:02	4	0:20	8	0:21	3.92	19:15	4:54	4	2:21	11	2:21
00 9	0.49	2:29	5:04	4	0:19	8	0:22	4.41	21:44	4:55	4	2:40	10	2:40
00 10	0.49	2:32	5:10	4	0:31	9	0:31	4.90	24:16	4:57	4	3:11	10	3:11
00 11	0.49	2:31	5:08	4	0:20	9	0:21	5.39	26:47	4:58	4	3:31	10	3:31
00 12	0.49	2:24	4:53	4	0:12	9	0:18	5.88	29:11	4:57	4	3:41	10	3:41