



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

Arnstadt / 15.01.2025

□□□□

Norman Winkler

□□: Yin Yang

□□: 159

□□: 0.49 km/□□

Halbstundenlauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54) H

□□□: 29:01

□□: 10.34 km/h

□□□□: 4:56 min/km

□: 12 (5.88 km)

□□□□□/□: 8 (of 38)

□□□□□: 1(of 4)

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	0.49	2:21	4:47	2	0:07	14	0:14	0.49	2:21	4:47	2	0:07	14	0:14	
□□ 2	0.49	2:21	4:47	1	-	13	0:15	0.98	4:42	4:47	2	0:07	13	0:29	
□□ 3	0.49	2:19	4:43	1	-	6	0:13	1.47	7:01	4:46	2	0:02	11	0:42	
□□ 4	0.49	2:23	4:51	1	-	7	0:13	1.96	9:24	4:47	1	-	9	0:52	
□□ 5	0.49	2:26	4:57	1	-	10	0:23	2.45	11:50	4:49	1	-	10	1:15	
□□ 6	0.49	2:28	5:02	1	-	9	0:22	2.94	14:18	4:51	1	-	11	1:37	
□□ 7	0.49	2:28	5:02	2	0:01	11	0:23	3.43	16:46	4:53	1	-	10	2:00	
□□ 8	0.49	2:28	5:02	1	-	8	0:21	3.92	19:14	4:54	1	-	10	2:20	
□□ 9	0.49	2:29	5:04	1	-	8	0:22	4.41	21:43	4:55	1	-	9	2:39	
□□ 10	0.49	2:32	5:10	1	-	9	0:31	4.90	24:15	4:56	1	-	8	3:10	
□□ 11	0.49	2:28	5:02	1	-	7	0:18	5.39	26:43	4:57	1	-	8	3:27	
□□ 12	0.49	2:18	4:41	1	-	6	0:12	5.88	29:01	4:56	1	-	8	3:31	