



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

Arnstadt / 15.01.2025

□□□□

André Haun

□□□: 29:25

□□: 12

□□: 10.20 km/h

□□: 0.49 km/□□

□□□□: 5:00 min/km

Halbstundenlauf

□: 12 (5.88 km)

□□□□:

□□□□□/□: 12 (of 38)

Senioren M55 (55-59) H

□□□□□: 1(of 2)

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	0.49	2:13	4:31	1	-	6	0:06	0.49	2:13	4:31	1	-	6	0:06	
□□ 2	0.49	2:20	4:45	2	0:02	12	0:14	0.98	4:33	4:38	1	-	8	0:20	
□□ 3	0.49	2:21	4:47	2	0:02	9	0:15	1.47	6:54	4:41	1	-	8	0:35	
□□ 4	0.49	2:23	4:51	1	-	7	0:13	1.96	9:17	4:44	1	-	6	0:45	
□□ 5	0.49	2:27	5:00	2	0:01	13	0:24	2.45	11:44	4:47	1	-	7	1:09	
□□ 6	0.49	2:28	5:02	1	-	9	0:22	2.94	14:12	4:49	1	-	8	1:31	
□□ 7	0.49	2:28	5:02	1	-	11	0:23	3.43	16:40	4:51	1	-	8	1:54	
□□ 8	0.49	2:31	5:08	1	-	12	0:24	3.92	19:11	4:53	1	-	8	2:17	
□□ 9	0.49	2:35	5:16	1	-	13	0:28	4.41	21:46	4:56	1	-	11	2:42	
□□ 10	0.49	2:32	5:10	1	-	9	0:31	4.90	24:18	4:57	1	-	11	3:13	
□□ 11	0.49	2:34	5:14	2	0:01	15	0:24	5.39	26:52	4:59	1	-	12	3:36	
□□ 12	0.49	2:33	5:12	2	0:06	14	0:27	5.88	29:25	5:00	1	-	12	3:55	