



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

Arnstadt / 15.01.2025

□□□□

Marie-Katrin Nelke

□□: Flutschfinger k.e.V.

□□: 31

□□: 0.49 km/□□

Halbstundenlauf

□□□□:

Seniorinnen W40 (40-44) H

□□□: 28:56

□□: 8.29 km/h

□□□□: 5:54 min/km

□: 10 (4.9 km)

□□□□□/□: 10 (of 30)

□□□□□: 3(of 6)

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	0.49	2:58	6:03	3	1:01	13	1:08	0.49	2:58	6:03	3	1:01	13	1:08
□□ 2	0.49	2:52	5:51	3	0:49	12	0:51	0.98	5:50	5:57	3	1:50	13	1:59
□□ 3	0.49	2:55	5:57	3	0:51	12	0:51	1.47	8:45	5:57	3	2:41	13	2:47
□□ 4	0.49	3:00	6:07	3	0:57	13	0:57	1.96	11:45	5:59	3	3:38	13	3:40
□□ 5	0.49	3:00	6:07	3	0:56	11	1:06	2.45	14:45	6:01	3	4:34	13	4:34
□□ 6	0.49	2:56	5:59	3	0:50	10	0:57	2.94	17:41	6:00	3	5:24	13	5:24
□□ 7	0.49	2:57	6:01	3	0:52	10	0:52	3.43	20:38	6:00	3	6:16	11	6:16
□□ 8	0.49	2:53	5:53	3	0:48	10	0:49	3.92	23:31	5:59	3	7:04	11	7:05
□□ 9	0.49	2:51	5:48	2	0:43	10	0:53	4.41	26:22	5:58	3	7:47	11	7:49
□□ 10	0.49	2:34	5:14	2	0:28	7	0:32	4.90	28:56	5:54	3	8:15	10	8:19