



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

Arnstadt / 15.01.2025

□□□□

Sandra Windorf

□□: Yin Yang

□□: 49

□□: 0.49 km/□□

Halbstundenlauf

□□□□:

Seniorinnen W45 (45-49) H

□□□: 27:45

□□: 8.65 km/h

□□□□: 6:17 min/km

□: 9 (4.41 km)

□□□□□/□: 14 (of 30)

□□□□□: 2(of 6)

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	0.49	2:57	6:01	2	0:17	12	1:07	0.49	2:57	6:01	2	0:17	12	1:07
□□ 2	0.49	3:04	6:15	2	0:25	16	1:03	0.98	6:01	6:08	2	0:42	14	2:10
□□ 3	0.49	3:03	6:13	2	0:21	15	0:59	1.47	9:04	6:10	2	1:03	14	3:06
□□ 4	0.49	3:01	6:09	2	0:19	14	0:58	1.96	12:05	6:09	2	1:22	14	4:00
□□ 5	0.49	3:10	6:27	2	0:26	16	1:16	2.45	15:15	6:13	2	1:48	14	5:04
□□ 6	0.49	3:12	6:31	2	0:28	14	1:13	2.94	18:27	6:16	2	2:16	14	6:10
□□ 7	0.49	3:12	6:31	2	0:28	12	1:07	3.43	21:39	6:18	2	2:44	14	7:17
□□ 8	0.49	3:09	6:25	2	0:23	12	1:05	3.92	24:48	6:19	2	3:07	14	8:22
□□ 9	0.49	2:57	6:01	2	0:11	13	0:59	4.41	27:45	6:17	2	3:18	14	9:12