

Startblocks Frauenlauf 2024

Version vom 7. Novemer 2024

Bez. Intern	Startzeit Vorschlag	Kategorie	Bezeichnung/Zielzeit
Block 1	09.10 Uhr	10km Running	Block 1: unter 0:50:00 (unter 5:00 min/km)
Block 2	09.13 Uhr	10km Running	Block 2: 0:50:00 / 0:51:59 (unter 5:15 min/km)
Block 3	09.16 Uhr	10km Running	Block 3: 0:52:00 - 0:54:59 (unter 5:30 min/km)
Block 4	09.19 Uhr	10km Running	Block 4: 0:55:00 / 0:55:59 (unter 5:40 min/km)
Block 5	09.22 Uhr	10km Running	Block 5: 0:56:00 / 0:57:59 (unter 5:50 min/km)
Block 6	09.25 Uhr	10km Running	Block 6: 0:58:00 / 0:59:59 (unter 6:00 min/km)
Block 7	09.28 Uhr	10km Running	Block 7: 1:00:00 / 1:00:59 (unter 6:05 min/km)
Block 8	09.31 Uhr	10km Running	Block 8: 1:01:00 / 1:03:59 (unter 6:30 min/km)
Block 9	09.34 Uhr	10km Running	Block 9: 1:04:00 - 1:07:59 (über 6:30 min/km)
Block 10	09.37 Uhr	10km Running	Block 10: ab 1:08:00 (ab/um 7:00 min/km)

Block 11	09.40 Uhr	10km Walking	Walkerinnen
Block 12	09.43 Uhr	10km Nordic-Walking	Nordic-Walkerinnen unter 95 Minuten
Block 13	09.46 Uhr	10km Nordic-Walking	Nordic-Walkerinnen ab 95 Minuten

Block 14	10.50 Uhr	DearMamma Easy Walk for all	Block A
Block 15	10.53 Uhr	DearMamma Easy Walk for all	Block B

Elite	11.30 Uhr	5km Running Elite	Block 20: Elite 5km
Block 21	11.30 Uhr	5km Running	Block 21: unter 26min (unter 5:15 min/km)
Block 22	11.34 Uhr	5km Running	Block 22: 26-28min (unter 5:30 min/km)
Block 23	11.38 Uhr	5km Running	Block 23: 28-30min (unter 6:00 min/km)
Block 24	11.42 Uhr	5km Running	Block 24: um 30min (über 6:00 min/km)
Block 25	11.46 Uhr	5km Running	Block 25: 31min (unter 6:30 min/km)
Block 26	11.50 Uhr	5km Running	Block 26: 32min (um 6:30 min/km)
Block 27	11.54 Uhr	5km Running	Block 27: 33-34min (unter 7:00 min/km)
Block 28	11.58 Uhr	5km Running	Block 28: 35min (um 7:00 min/km)
Block 29	12.02 Uhr	5km Running	Block 29: 35-37min (um/ab 7:30 min/km)
Block 30	12.06 Uhr	5km Running	Block 30: 37-39min (unter 8:00 min/km)
Block 31	12.10 Uhr	5km Running	Block 31: ab 39min (ab/um 8:00 min/km)

Block 32	12.15 Uhr	5km Walking	Walkerinnen
Block 34	12.19 Uhr	5km Nordic-Walking	

Block 36	13.40 Uhr	Teens Meile	Teens Meile Block A
----------	-----------	-------------	---------------------

Block 37	13.50 Uhr	Girls Meile	Girls Meile Block A: JG 2012+2013
Block 38	13.56 Uhr	Girls Meile	Girls Meile Block B: JG 2014+2015
Block 39	14.02 Uhr	Girls Meile	Girls Meile Block C: JG 2015+2016

Block 40	14.08 Uhr	Famigros Run&Win	Block A
Block 41	14.14 Uhr	Famigros Run&Win	Block B

Block 42	14.30 Uhr	Girls Sprint	Girls Sprint JG 2017&2018
Block 43	14.36 Uhr	Girls Sprint	Girls Sprint JG 2018&2019