



1. Arnstädter Frühlingsstaffel

Arnstadt / 29.05.2013

SV Arnstadt

SV Arnstadt

SV Arnstadt

14

6.00 km

Staffel 5 x 1,2 km

Staffel

Staffel

28:31

12.62 km/h

4:45 min/km

2 (of 16)

25:33

2 (of 16)

25:33

SV Arnstadt

SV Arnstadt

SV Arnstadt

SV Arnstadt	km	min	min/km	-	-	SV Arnstadt	SV Arnstadt	SV Arnstadt	min	min/km	-	-	SV Arnstadt	SV Arnstadt
Wechsel	1.20	5:58	4:58	7	1:14	7	1:14	1.20	5:58	4:58	4	1:06	4	1:06
Wechsel	1.20	5:22	4:28	2	0:17	2	0:17	2.40	11:20	4:43	4	0:07	4	0:07
Wechsel	1.20	6:06	5:04	6	0:44	6	0:44	3.60	17:26	4:50	4	0:51	4	0:51
Wechsel	1.20	5:53	4:54	6	0:56	6	0:56	4.80	23:19	4:51	4	0:05	4	0:05
SV Arnstadt	1.20	5:12	4:20	2	0:26	2	0:26	6.00	28:31	4:45	2	2:58	2	2:58