1. Arnstädter Frühlingsstaffel

Arnstadt / 29.05.2013

□□□□

LSV Lok Arnstadt

□□: LSV Lok Arnstadt
□□: 5

□□: 6.00 km
Staffel 5 x 1,2 km

□□□□:
Staffel

□□□: 29:57

□□: 12.02 km/h
□□□□: 4:59 min/km

□□□□□: 5 (of 16)
□□□□□□: 25:33

□□□□□: 5(of 16)
□□□□□□□: 25:33

□□□□ □□□□ □□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□[	□□ □□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□[	□□ □□□
Wechsel	1.20	6:10	5:08	11	1:26	11	1:26	1.20	6:10	5:08	5	1:18	5	1:18
Wechsel	1.20	6:17	5:14	4	1:12	4	1:12	2.40	12:27	5:11	5	1:14	5	1:14
Wechsel	1.20	5:53	4:54	3	0:31	3	0:31	3.60	18:20	5:05	5	1:45	5	1:45
Wechsel	1.20	5:30	4:35	3	0:33	3	0:33	4.80	23:50	4:57	5	0:36	5	0:36
□□	1.20	6:07	5:05	10	1:21	10	1:21	6.00	29:57	4:59	5	4:24	5	4:24