



2. Arnstädter Alteburgstaffellauf

Arnstadt / 21.05.2014

□□□□

Sparkasse Arnstadt-Ilmenau

□□: Sparkasse Arnstadt-Ilmenau

□□: 3

□□: 6.00 km

Staffel 5 x 1,2 km

□□□□:

Staffel

□□□: 30:43

□□: 11.72 km/h

□□□□: 5:07 min/km

□□□□□: 11 (of 26)

□□□□□□: 26:22

□□□□□: 11(of 26)

□□□□□□□: 26:22

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Wechsel	1.20	5:23	4:29	7	1:00	7	1:00	1.20	5:23	4:29	17		17	
Wechsel	1.20	6:23	5:19	13	1:11	13	1:11	2.40	11:46	4:54	17		17	
Wechsel	1.20	6:58	5:48	17	1:42	17	1:42	3.60	18:44	5:12	17		17	
Wechsel	1.20	6:37	5:30	13	1:44	13	1:44	4.80	25:21	5:16	17		17	
□□	1.20	5:22	4:28	8	0:34	8	0:34	6.00	30:43	5:07	11	4:21	11	4:21