



2. Arnstädter Alteburgstaffellauf

Arnstadt / 21.05.2014

□□□□

Laufteam Indoorbau

□□: Laufteam Indoorbau

□□: 8

□□: 6.00 km

Staffel 5 x 1,2 km

□□□□:

Staffel

□□□: 28:35

□□: 12.59 km/h

□□□□: 4:46 min/km

□□□□□: 5 (of 26)

□□□□□□: 26:22

□□□□□: 5(of 26)

□□□□□□□: 26:22

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Wechsel	1.20	5:02	4:11	3	0:39	3	0:39	1.20	5:02	4:11	23		23	
Wechsel	1.20	5:24	4:30	4	0:12	4	0:12	2.40	10:26	4:20	23		23	
Wechsel	1.20	5:39	4:42	4	0:23	4	0:23	3.60	16:05	4:28	23		23	
Wechsel	1.20	6:30	5:25	12	1:37	12	1:37	4.80	22:35	4:42	23		23	
□□	1.20	6:00	5:00	14	1:12	14	1:12	6.00	28:35	4:45	5	2:13	5	2:13