



3. Arnstädter Alteburgstaffel

Arnstadt / 27.05.2015

□□□□

Ilm-Kreis-Kliniken 1

□□: Ilm-Kreis-Kliniken 1

□□: 15

□□: 6.00 km

Staffel 5 x 1,2 km

□□□□:

Staffel

□□□: 29:01

□□: 12.41 km/h

□□□□: 4:50 min/km

□□□□□: 10 (of 30)

□□□□□□: 25:55

□□□□□: 10(of 30)

□□□□□□□: 25:55

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Wechsel	1.20	5:36	4:40	14	1:06	14	1:06	1.20	5:36	4:40	14	1:06	14	1:06
Wechsel	1.20	6:09	5:07	12	1:17	12	1:17	2.40	11:45	4:53	11	1:55	11	1:55
Wechsel	1.20	6:26	5:21	13	0:57	13	0:57	3.60	18:11	5:03	11	2:12	11	2:12
Wechsel	1.20	5:29	4:34	5	0:28	5	0:28	4.80	23:40	4:55	10	2:27	10	2:27
□□	1.20	5:21	4:27	6	0:47	6	0:47	6.00	29:01	4:50	10	3:06	10	3:06