



### 3. Arnstädter Alteburgstaffel Arnstadt / 27.05.2015

□□□□

#### Die SpeZi`s

□□: Die SpeZi`s

□□: 8

□□: 6.00 km

Staffel 5 x 1,2 km

□□□□:

Staffel

□□□: 30:31

□□: 11.80 km/h

□□□□: 5:05 min/km

□□□□□: 13 (of 30)

□□□□□□: 25:55

□□□□□: 13(of 30)

□□□□□□□: 25:55

□□□□

□□□□

□□□

| □□□     | □□<br>km | □□<br>□□ | □□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□□□ | □□<br>□□□ | □□□  | □□□   | □□□  | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□□□ | □□<br>□□□ |
|---------|----------|----------|--------------|---------|---------|-----------|-----------|------|-------|------|---------|---------|-----------|-----------|
| Wechsel | 1.20     | 5:07     | 4:15         | 9       | 0:37    | 9         | 0:37      | 1.20 | 5:07  | 4:15 | 9       | 0:37    | 9         | 0:37      |
| Wechsel | 1.20     | 7:09     | 5:57         | 17      | 2:17    | 17        | 2:17      | 2.40 | 12:16 | 5:06 | 16      | 2:26    | 16        | 2:26      |
| Wechsel | 1.20     | 5:47     | 4:49         | 3       | 0:18    | 3         | 0:18      | 3.60 | 18:03 | 5:00 | 10      | 2:04    | 10        | 2:04      |
| Wechsel | 1.20     | 6:42     | 5:35         | 22      | 1:41    | 22        | 1:41      | 4.80 | 24:45 | 5:09 | 13      | 3:32    | 13        | 3:32      |
| □□      | 1.20     | 5:46     | 4:48         | 15      | 1:12    | 15        | 1:12      | 6.00 | 30:31 | 5:05 | 13      | 4:36    | 13        | 4:36      |