



### 3. Arnstädter Alteburgstaffel

Arnstadt / 27.05.2015

□□□□

## Gymnasium Arnstadt - die Ehemaligen 13, 14, 15

□□: Gymnasium Arnstadt - die Ehemaligen 13, 14, 15: 11.37 km/h

□□: 12 □□□□: 5:17 min/km

□□: 6.00 km

Staffel 5 x 1,2 km

□□□□□: 16 (of 30)

□□□□□□: 25:55

□□□□:

□□□□□: 16(of 30)

Staffel

□□□□□□: 25:55

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Wechsel	1.20	5:11	4:19	10	0:41	10	0:41	1.20	5:11	4:19	10	0:41	10	0:41
Wechsel	1.20	7:29	6:14	22	2:37	22	2:37	2.40	12:40	5:16	18	2:50	18	2:50
Wechsel	1.20	7:32	6:16	21	2:03	21	2:03	3.60	20:12	5:36	16	4:13	16	4:13
Wechsel	1.20	5:51	4:52	11	0:50	11	0:50	4.80	26:03	5:25	16	4:50	16	4:50
□□	1.20	5:37	4:40	11	1:03	11	1:03	6.00	31:40	5:16	16	5:45	16	5:45