



3. Arnstädter Alteburgstaffel

Arnstadt / 27.05.2015

□□□□

Gym.Arnstadt Lehrer

□□: Gym.Arnstadt Lehrer

□□: 11

□□: 6.00 km

Staffel 5 x 1,2 km

□□□□:

Staffel

□□□: 27:41

□□: 13.00 km/h

□□□□: 4:37 min/km

□□□□□: 5 (of 30)

□□□□□□: 25:55

□□□□□: 5(of 30)

□□□□□□□: 25:55

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Wechsel	1.20	4:58	4:08	6	0:28	6	0:28	1.20	4:58	4:08	6	0:28	6	0:28
Wechsel	1.20	4:52	4:03	1	-	1	-	2.40	9:50	4:05	1	-	1	-
Wechsel	1.20	6:53	5:44	15	1:24	15	1:24	3.60	16:43	4:38	7	0:44	7	0:44
Wechsel	1.20	5:50	4:51	10	0:49	10	0:49	4.80	22:33	4:41	5	1:20	5	1:20
□□	1.20	5:08	4:16	4	0:34	4	0:34	6.00	27:41	4:36	5	1:46	5	1:46