



3. Arnstädter Alteburgstaffel

Arnstadt / 27.05.2015

□□□□

Alteburgläufer

□□: Alteburgläufer

□□: 3

□□: 6.00 km

Staffel 5 x 1,2 km

□□□□:

Staffel

□□□: 28:40

□□: 12.56 km/h

□□□□: 4:47 min/km

□□□□□: 9 (of 30)

□□□□□□: 25:55

□□□□□: 9(of 30)

□□□□□□□: 25:55

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Wechsel	1.20	5:31	4:35	12	1:01	12	1:01	1.20	5:31	4:35	12	1:01	12	1:01
Wechsel	1.20	5:41	4:44	9	0:49	9	0:49	2.40	11:12	4:40	8	1:22	8	1:22
Wechsel	1.20	6:20	5:16	12	0:51	12	0:51	3.60	17:32	4:52	8	1:33	8	1:33
Wechsel	1.20	5:41	4:44	9	0:40	9	0:40	4.80	23:13	4:50	9	2:00	9	2:00
□□	1.20	5:27	4:32	8	0:53	8	0:53	6.00	28:40	4:46	9	2:45	9	2:45