



4. Arnstädter Alteburgstaffel

Arnstadt / 25.05.2016

□□□□

RSV Adler Arnstadt

□□: RSV Adler Arnstadt

□□: 28

□□: 6.00 km

Staffel 5 x 1,2 km

□□□□:

Staffel

□□□: 25:45

□□: 13.98 km/h

□□□□: 4:17 min/km

□□□□□: 1 (of 37)

□□□□□□: 25:45

□□□□□: 1(of 37)

□□□□□□□: 25:45

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Wechsel	1.20	5:23	4:29	8	1:16	8	1:16	1.20	5:23	4:29	8	1:16	8	1:16
Wechsel	1.20	5:12	4:20	2	0:14	2	0:14	2.40	10:35	4:24	4	0:38	4	0:38
Wechsel	1.20	5:01	4:10	1	-	1	-	3.60	15:36	4:20	1	-	1	-
Wechsel	1.20	5:29	4:34	4	0:22	4	0:22	4.80	21:05	4:23	1	-	1	-
□□	1.20	4:40	3:53	1	-	1	-	6.00	25:45	4:17	1	-	1	-