



# 4. Arnstädter Alteburgstaffel

Arnstadt / 25.05.2016

□□□□

## BOLUS DORMICUM

□□: BOLUS DORMICUM

□□: 6

□□: 6.00 km

Staffel 5 x 1,2 km

□□□□:

Staffel

□□□: 31:53

□□: 11.29 km/h

□□□□: 5:19 min/km

□□□□□: 13 (of 37)

□□□□□□: 25:45

□□□□□: 13(of 37)

□□□□□□□: 25:45

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Wechsel	1.20	6:45	5:37	20	2:38	20	2:38	1.20	6:45	5:37	20	2:38	20	2:38
Wechsel	1.20	6:42	5:35	13	1:44	13	1:44	2.40	13:27	5:36	17	3:30	17	3:30
Wechsel	1.20	6:36	5:30	16	1:35	16	1:35	3.60	20:03	5:34	17	4:27	17	4:27
Wechsel	1.20	5:41	4:44	7	0:34	7	0:34	4.80	25:44	5:21	14	4:39	14	4:39
□□	1.20	6:09	5:07	13	1:29	13	1:29	6.00	31:53	5:18	13	6:08	13	6:08