



# 4. Arnstädter Alteburgstaffel

Arnstadt / 25.05.2016

□□□□

## Gumminudeln

□□: Gumminudeln

□□: 19

□□: 6.00 km

Staffel 5 x 1,2 km

□□□□:

Staffel

□□□: 39:27

□□: 9.13 km/h

□□□□: 6:35 min/km

□□□□□: 28 (of 37)

□□□□□□: 25:45

□□□□□: 28(of 37)

□□□□□□□: 25:45

□□□□

□□□□

□□□

| □□□     | □□<br>km | □□<br>□□ | □□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□□□ | □□<br>□□□ | □□□  | □□□   | □□□  | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□□□ | □□<br>□□□ |
|---------|----------|----------|--------------|---------|---------|-----------|-----------|------|-------|------|---------|---------|-----------|-----------|
| Wechsel | 1.20     | 7:46     | 6:28         | 28      | 3:39    | 28        | 3:39      | 1.20 | 7:46  | 6:28 | 28      | 3:39    | 28        | 3:39      |
| Wechsel | 1.20     | 8:07     | 6:45         | 28      | 3:09    | 28        | 3:09      | 2.40 | 15:53 | 6:37 | 32      | 5:56    | 32        | 5:56      |
| Wechsel | 1.20     | 8:31     | 7:05         | 31      | 3:30    | 31        | 3:30      | 3.60 | 24:24 | 6:46 | 31      | 8:48    | 31        | 8:48      |
| Wechsel | 1.20     | 7:42     | 6:25         | 23      | 2:35    | 23        | 2:35      | 4.80 | 32:06 | 6:41 | 29      | 11:01   | 29        | 11:01     |
| □□      | 1.20     | 7:21     | 6:07         | 29      | 2:41    | 29        | 2:41      | 6.00 | 39:27 | 6:34 | 28      | 13:42   | 28        | 13:42     |