



4. Arnstädter Alteburgstaffel

Arnstadt / 25.05.2016

□□□□

Lauffreunde Alteburg

□□: Lauffreunde Alteburg

□□: 24

□□: 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

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Wechsel	1.20	7:04	5:53	21	2:57	21	2:57	1.20	7:04	5:53	21	2:57	21	2:57
Wechsel	1.20	8:32	7:06	32	3:34	32	3:34	2.40	15:36	6:30	29	5:39	29	5:39
Wechsel	1.20	8:27	7:02	30	3:26	30	3:26	3.60	24:03	6:40	30	8:27	30	8:27
Wechsel	1.20	7:42	6:25	23	2:35	23	2:35	4.80	31:45	6:36	26	10:40	26	10:40
□□	1.20	7:42	6:25	32	3:02	32	3:02	6.00	39:27	6:34	28	13:42	28	13:42