



4. Arnstädter Alteburgstaffel

Arnstadt / 25.05.2016

□□□□

Eine Klasse für sich - 8e!

□□: Eine Klasse für sich - 8e!

□□: 11

□□: 6.00 km

Staffel 5 x 1,2 km

□□□□:

Staffel

□□□: 29:40

□□: 12.13 km/h

□□□□: 4:56 min/km

□□□□□: 5 (of 37)

□□□□□□: 25:45

□□□□□: 5(of 37)

□□□□□□□: 25:45

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Wechsel	1.20	5:30	4:35	9	1:23	9	1:23	1.20	5:30	4:35	9	1:23	9	1:23
Wechsel	1.20	6:57	5:47	15	1:59	15	1:59	2.40	12:27	5:11	11	2:30	11	2:30
Wechsel	1.20	6:43	5:35	17	1:42	17	1:42	3.60	19:10	5:19	13	3:34	13	3:34
Wechsel	1.20	5:31	4:35	5	0:24	5	0:24	4.80	24:41	5:08	9	3:36	9	3:36
□□	1.20	4:59	4:09	4	0:19	4	0:19	6.00	29:40	4:56	5	3:55	5	3:55