



4. Arnstädter Alteburgstaffel

Arnstadt / 25.05.2016

□□□□

Kinderklinik Arnstadt

□□: Kinderklinik Arnstadt

□□: 36

□□: 6.00 km

Staffel 5 x 1,2 km

□□□□:

Staffel

□□□: 30:15

□□: 11.90 km/h

□□□□: 5:02 min/km

□□□□□: 9 (of 37)

□□□□□□: 25:45

□□□□□: 9(of 37)

□□□□□□□: 25:45

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Wechsel	1.20	6:32	5:26	18	2:25	18	2:25	1.20	6:32	5:26	18	2:25	18	2:25
Wechsel	1.20	6:48	5:40	14	1:50	14	1:50	2.40	13:20	5:33	15	3:23	15	3:23
Wechsel	1.20	6:24	5:20	13	1:23	13	1:23	3.60	19:44	5:28	15	4:08	15	4:08
Wechsel	1.20	5:36	4:40	6	0:29	6	0:29	4.80	25:20	5:16	12	4:15	12	4:15
□□	1.20	4:55	4:05	3	0:15	3	0:15	6.00	30:15	5:02	9	4:30	9	4:30