



5. Arnstädter Alteburgstaffel

Arnstadt / 24.05.2017

□□□□

Die Internisten

□□: Die Internisten

□□: 8

□□: 6.00 km

Staffel 5 x 1,2 km

□□□□:

Staffel

□□□: 31:11

□□: 11.54 km/h

□□□□: 5:12 min/km

□□□□□: 14 (of 41)

□□□□□□: 24:55

□□□□□: 14(of 41)

□□□□□□□: 24:55

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Wechsel	1.20	5:57	4:57	19	1:59	19	1:59	1.20	5:57	4:57	19	1:59	19	1:59
Wechsel	1.20	6:16	5:13	12	1:11	12	1:11	2.40	12:13	5:05	14	2:34	14	2:34
Wechsel	1.20	6:07	5:05	11	0:56	11	0:56	3.60	18:20	5:05	13	3:29	13	3:29
Wechsel	1.20	6:30	5:25	17	1:19	17	1:19	4.80	24:50	5:10	13	4:48	13	4:48
□□	1.20	6:21	5:17	25	1:28	25	1:28	6.00	31:11	5:11	14	6:16	14	6:16