



5. Arnstädter Alteburgstaffel
 Arnstadt / 24.05.2017

□□□□

Atemlos durch die Nachtschicht

□□: Atemlos durch die Nachtschicht
 □□: 7

□□: 6.00 km
 Staffel 5 x 1,2 km

□□□□:
 Staffel

□□□: 33:07

□□: 10.87 km/h
 □□□□: 5:31 min/km

□□□□□: 18 (of 41)

□□□□□□: 24:55

□□□□□: 18(of 41)

□□□□□□□: 24:55

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □□□ | □□ □□□ | □□□ | □□□ | □□□ | □□ - | □□ - | □□ □□□ | □□ □□□ |
|---------|----------|----------|--------------|---------|---------|-----------|-----------|------|-------|------|---------|---------|-----------|-----------|
| Wechsel | 1.20 | 5:54 | 4:55 | 18 | 1:56 | 18 | 1:56 | 1.20 | 5:54 | 4:55 | 18 | 1:56 | 18 | 1:56 |
| Wechsel | 1.20 | 6:23 | 5:19 | 15 | 1:18 | 15 | 1:18 | 2.40 | 12:17 | 5:07 | 15 | 2:38 | 15 | 2:38 |
| Wechsel | 1.20 | 6:15 | 5:12 | 14 | 1:04 | 14 | 1:04 | 3.60 | 18:32 | 5:08 | 14 | 3:41 | 14 | 3:41 |
| Wechsel | 1.20 | 7:41 | 6:24 | 34 | 2:30 | 34 | 2:30 | 4.80 | 26:13 | 5:27 | 18 | 6:11 | 18 | 6:11 |
| □□ | 1.20 | 6:54 | 5:45 | 34 | 2:01 | 34 | 2:01 | 6.00 | 33:07 | 5:31 | 18 | 8:12 | 18 | 8:12 |