



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