



# 5. Arnstädter Alteburgstaffel

Arnstadt / 24.05.2017

□□□□

## Lehrerstaffel Gymn. MELISSANTES

□□□: 34:33

□□: Lehrerstaffel Gymn. MELISSANTES Arnstadt

□□: 10.42 km/h

□□: 21

□□□□: 5:46 min/km

□□: 6.00 km

Staffel 5 x 1,2 km

□□□□□: 21 (of 41)

□□□□□□: 24:55

□□□□:

□□□□□: 21(of 41)

Staffel

□□□□□□□: 24:55

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Wechsel	1.20	5:04	4:13	13	1:06	13	1:06	1.20	5:04	4:13	13	1:06	13	1:06
Wechsel	1.20	6:16	5:13	12	1:11	12	1:11	2.40	11:20	4:43	10	1:41	10	1:41
Wechsel	1.20	9:22	7:48	40	4:11	40	4:11	3.60	20:42	5:45	21	5:51	21	5:51
Wechsel	1.20	6:10	5:08	13	0:59	13	0:59	4.80	26:52	5:35	20	6:50	20	6:50
□□	1.20	7:41	6:24	40	2:48	40	2:48	6.00	34:33	5:45	21	9:38	21	9:38