



# 5. Arnstädter Alteburgstaffel

Arnstadt / 24.05.2017

0000

## Fitte Trainer und Helfer

00: Fitte Trainer und Helfer

00: 14

00: 6.00 km

Staffel 5 x 1,2 km

0000:

Staffel

0000: 38:58

00: 9.24 km/h

0000: 6:29 min/km

000000: 38 (of 41)

000000: 24:55

000000: 38(of 41)

0000000: 24:55

0000

0000

000

000	00	00	00	00	00	00	00	000	000	000	00	00	00	00
	km	00	min/km	-	-	000	000	km	00	min/km	-	-	000	000
Wechsel	1.20	6:45	5:37	29	2:47	29	2:47	1.20	6:45	5:37	29	2:47	29	2:47
Wechsel	1.20	9:42	8:05	41	4:37	41	4:37	2.40	16:27	6:51	38	6:48	38	6:48
Wechsel	1.20	7:48	6:30	29	2:37	29	2:37	3.60	24:15	6:44	37	9:24	37	9:24
Wechsel	1.20	8:10	6:48	38	2:59	38	2:59	4.80	32:25	6:45	38	12:23	38	12:23
00	1.20	6:33	5:27	29	1:40	29	1:40	6.00	38:58	6:29	38	14:03	38	14:03