



# 6. Arnstädter Alteburgstaffel

Arnstadt / 30.05.2018

□□□□

## Gymnasium MELISSANTES Arnstadt Lehrer 1

□□: Gymnasium MELISSANTES Arnstadt Lehrer 1

□□: 14

□□: 11.94 km/h

□□□□: 5:02 min/km

□□: 6.00 km

Staffel 5 x 1,2 km

□□□□□: 7 (of 35)

□□□□□□: 26:00

□□□□:

Staffel

□□□□□: 7(of 35)

□□□□□□: 26:00

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Wechsel	1.20	5:02	4:11	7	0:19	7	0:19	1.20	5:02	4:11	7	0:19	7	0:19
Wechsel	1.20	6:24	5:20	10	1:14	10	1:14	2.40	11:26	4:45	6	1:22	6	1:22
Wechsel	1.20	7:08	5:56	22	2:05	22	2:05	3.60	18:34	5:09	10	3:03	10	3:03
Wechsel	1.20	5:52	4:53	9	0:39	9	0:39	4.80	24:26	5:05	7	3:42	7	3:42
□□	1.20	5:43	4:45	12	1:03	12	1:03	6.00	30:09	5:01	7	4:09	7	4:09