



6. Arnstädter Alteburgstaffel

Arnstadt / 30.05.2018

□□□□

Alteburglauf AK Siegerfamilie

□□: Alteburglauf AK Siegerfamilie

□□: 3

□□: 6.00 km

Staffel 5 x 1,2 km

□□□□:

Staffel

□□□: 30:52

□□: 11.66 km/h

□□□□: 5:08 min/km

□□□□□: 9 (of 35)

□□□□□□: 26:00

□□□□□: 9(of 35)

□□□□□□□: 26:00

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Wechsel	1.20	5:34	4:38	11	0:51	11	0:51	1.20	5:34	4:38	11	0:51	11	0:51
Wechsel	1.20	6:37	5:30	15	1:27	15	1:27	2.40	12:11	5:04	10	2:07	10	2:07
Wechsel	1.20	6:22	5:18	10	1:19	10	1:19	3.60	18:33	5:09	9	3:02	9	3:02
Wechsel	1.20	6:32	5:26	14	1:19	14	1:19	4.80	25:05	5:13	9	4:21	9	4:21
□□	1.20	5:47	4:49	13	1:07	13	1:07	6.00	30:52	5:08	9	4:52	9	4:52