



7. Arnstädter Alteburgstaffel

Arnstadt / 22.05.2019

□□□□

RSV Adler Arnstadt

□□: RSV Adler Arnstadt

□□: 18

□□: 6.00 km

Staffel 5 x 1,2 km

□□□□:

Staffel

□□□: 25:59

□□: 13.86 km/h

□□□□: 4:20 min/km

□□□□□: 1 (of 43)

□□□□□□: 25:59

□□□□□: 1(of 43)

□□□□□□□: 25:59

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Wechsel	1.20	5:25	4:30	9	0:59	9	0:59	1.20	5:25	4:30	9	0:59	9	0:59
Wechsel	1.20	5:15	4:22	3	0:01	3	0:01	2.40	10:40	4:26	5	1:00	5	1:00
Wechsel	1.20	5:35	4:39	3	0:25	3	0:25	3.60	16:15	4:30	3	0:33	3	0:33
Wechsel	1.20	4:33	3:47	1	-	1	-	4.80	20:48	4:20	1	-	1	-
□□	1.20	5:11	4:19	2	0:02	2	0:02	6.00	25:59	4:19	1	-	1	-