



7. Arnstädter Alteburgstaffel

Arnstadt / 22.05.2019

□□□□

Stadtverwaltung Arnstadt

□□: Stadtverwaltung Arnstadt

□□: 7

□□: 6.00 km

Staffel 5 x 1,2 km

□□□□:

Staffel

□□□: 32:45

□□: 10.99 km/h

□□□□: 5:28 min/km

□□□□□: 17 (of 43)

□□□□□□: 25:59

□□□□□: 17(of 43)

□□□□□□□: 25:59

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Wechsel	1.20	5:26	4:31	11	1:00	11	1:00	1.20	5:26	4:31	11	1:00	11	1:00
Wechsel	1.20	6:20	5:16	14	1:06	14	1:06	2.40	11:46	4:54	11	2:06	11	2:06
Wechsel	1.20	8:33	7:07	39	3:23	39	3:23	3.60	20:19	5:38	19	4:37	19	4:37
Wechsel	1.20	5:58	4:58	7	1:25	7	1:25	4.80	26:17	5:28	14	5:29	14	5:29
□□	1.20	6:28	5:23	27	1:19	27	1:19	6.00	32:45	5:27	17	6:46	17	6:46