



7. Arnstädter Alteburgstaffel

Arnstadt / 22.05.2019

□□□□

A 20.5 - Eine Klasse für sich!

□□: A 20.5 - Eine Klasse für sich!

□□: 29

□□: 6.00 km

Staffel 5 x 1,2 km

□□□□:

Staffel

□□□: 28:23

□□: 12.68 km/h

□□□□: 4:44 min/km

□□□□□: 4 (of 43)

□□□□□□: 25:59

□□□□□: 4(of 43)

□□□□□□□: 25:59

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Wechsel	1.20	4:26	3:41	1	-	1	-	1.20	4:26	3:41	1	-	1	-
Wechsel	1.20	5:14	4:21	1	-	1	-	2.40	9:40	4:01	1	-	1	-
Wechsel	1.20	7:02	5:51	23	1:52	23	1:52	3.60	16:42	4:38	4	1:00	4	1:00
Wechsel	1.20	6:21	5:17	16	1:48	16	1:48	4.80	23:03	4:48	5	2:15	5	2:15
□□	1.20	5:20	4:26	6	0:11	6	0:11	6.00	28:23	4:43	4	2:24	4	2:24