



7. Arnstädter Alteburgstaffel

Arnstadt / 22.05.2019

□□□□

Staffelkokken

□□: Staffelkokken

□□: 20

□□: 6.00 km

Staffel 5 x 1,2 km

□□□□:

Staffel

□□□: 29:25

□□: 12.24 km/h

□□□□: 4:54 min/km

□□□□□: 6 (of 43)

□□□□□□: 25:59

□□□□□: 6(of 43)

□□□□□□□: 25:59

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Wechsel	1.20	5:04	4:13	5	0:38	5	0:38	1.20	5:04	4:13	5	0:38	5	0:38
Wechsel	1.20	5:32	4:36	5	0:18	5	0:18	2.40	10:36	4:25	4	0:56	4	0:56
Wechsel	1.20	6:22	5:18	11	1:12	11	1:12	3.60	16:58	4:42	6	1:16	6	1:16
Wechsel	1.20	6:44	5:36	20	2:11	20	2:11	4.80	23:42	4:56	8	2:54	8	2:54
□□	1.20	5:43	4:45	12	0:34	12	0:34	6.00	29:25	4:54	6	3:26	6	3:26