



8. Arnstädter Alteburgstaffellauf

Arnstadt / 25.05.2022

□□□□

Running Stones

□□: Running Stones

□□: 24

□□: 6.00 km

Staffel 5 x 1,2 km

□□□□:

Staffel

□□□: 30:01

□□: 11.99 km/h

□□□□: 05:00 min/km

□□□□□: 4 (of 32)

□□□□□□: 28:28

□□□□□: 4(of 32)

□□□□□□□: 28:28

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Wechsel	1.20	4:09	3:27	1	-	1	-	1.20	4:09	3:27	1	-	1	-
Wechsel	1.20	7:02	5:51	19	1:52	19	1:52	2.40	11:11	4:39	4	1:09	4	1:09
Wechsel	1.20	7:53	6:34	21	2:18	21	2:18	3.60	19:04	5:17	8	3:13	8	3:13
Wechsel	1.20	5:25	4:30	2	0:03	2	0:03	4.80	24:29	5:06	4	1:59	4	1:59
□□	1.20	5:32	4:36	3	0:15	3	0:15	6.00	30:01	5:00	4	1:33	4	1:33