



9. Arnstädter Alteburgstaffellauf

Arnstadt / 17.05.2023

□□□□

Liberales Laufteam FDP Ilm-Kreis

□□□: 32:33

□□: Liberales Laufteam FDP Ilm-Kreis

□□: 11.06 km/h

□□: 25

□□□□: 5:25 min/km

□□: 6.00 km

Staffel 5 x 1,2 km

□□□□□: 10 (of 26)

□□□□□□: 25:51

□□□□:

□□□□□: 10(of 26)

Staffel

□□□□□□□: 25:51

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Wechsel	1.20	6:13	5:10	17	1:41	17	1:41	1.20	6:13	5:10	17	1:41	17	1:41
Wechsel	1.20	6:23	5:19	6	1:02	6	1:02	2.40	12:36	5:15	12	2:43	12	2:43
Wechsel	1.20	6:27	5:22	8	0:52	8	0:52	3.60	19:03	5:17	12	3:35	12	3:35
Wechsel	1.20	6:55	5:45	12	1:45	12	1:45	4.80	25:58	5:24	11	5:20	11	5:20
□□	1.20	6:35	5:29	16	1:22	16	1:22	6.00	32:33	5:25	10	6:42	10	6:42