



# 9. Arnstädter Alteburgstaffellauf

Arnstadt / 17.05.2023

□□□□

## ALTEBURG-LAUFTREFF

□□: ALTEBURG-LAUFTREFF

□□: 1

□□: 6.00 km

Staffel 5 x 1,2 km

□□□□:

Staffel

□□□: 32:59

□□: 10.91 km/h

□□□□: 5:30 min/km

□□□□□: 11 (of 26)

□□□□□□: 25:51

□□□□□: 11(of 26)

□□□□□□□: 25:51

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Wechsel	1.20	5:32	4:36	9	1:00	9	1:00	1.20	5:32	4:36	9	1:00	9	1:00
Wechsel	1.20	6:33	5:27	8	1:12	8	1:12	2.40	12:05	5:02	7	2:12	7	2:12
Wechsel	1.20	6:34	5:28	10	0:59	10	0:59	3.60	18:39	5:10	9	3:11	9	3:11
Wechsel	1.20	6:46	5:38	10	1:36	10	1:36	4.80	25:25	5:17	9	4:47	9	4:47
□□	1.20	7:34	6:18	20	2:21	20	2:21	6.00	32:59	5:29	11	7:08	11	7:08