



9. Arnstädter Alteburgstaffellauf

Arnstadt / 17.05.2023

□□□□

Marienstift Arnstadt

□□: Marienstift Arnstadt

□□: 10

□□: 6.00 km

Staffel 5 x 1,2 km

□□□□:

Staffel

□□□: 33:19

□□: 10.81 km/h

□□□□: 5:33 min/km

□□□□□: 13 (of 26)

□□□□□□: 25:51

□□□□□: 13(of 26)

□□□□□□□: 25:51

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Wechsel	1.20	5:50	4:51	12	1:18	12	1:18	1.20	5:50	4:51	12	1:18	12	1:18
Wechsel	1.20	6:58	5:48	16	1:37	16	1:37	2.40	12:48	5:20	16	2:55	16	2:55
Wechsel	1.20	6:40	5:33	14	1:05	14	1:05	3.60	19:28	5:24	14	4:00	14	4:00
Wechsel	1.20	7:19	6:05	14	2:09	14	2:09	4.80	26:47	5:34	14	6:09	14	6:09
□□	1.20	6:32	5:26	15	1:19	15	1:19	6.00	33:19	5:33	13	7:28	13	7:28