



9. Arnstädter Alteburgstaffellauf

Arnstadt / 17.05.2023

□□□□

RSV Adler Arnstadt e.V. - die jungen Adler 41:48

□□: RSV Adler Arnstadt e.V. - die jungen Adler 1 □□: 8.61 km/h
□□: 14 □□□□: 6:58 min/km

□□: 6.00 km
Staffel 5 x 1,2 km

□□□□□: 24 (of 26)

□□□□□□: 25:51

□□□□:

□□□□□: 24(of 26)

Staffel

□□□□□□: 25:51

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Wechsel	1.20	9:08	7:36	26	4:36	26	4:36	1.20	9:08	7:36	26	4:36	26	4:36
Wechsel	1.20	7:29	6:14	19	2:08	19	2:08	2.40	16:37	6:55	24	6:44	24	6:44
Wechsel	1.20	7:20	6:06	18	1:45	18	1:45	3.60	23:57	6:39	24	8:29	24	8:29
Wechsel	1.20	8:03	6:42	23	2:53	23	2:53	4.80	32:00	6:40	23	11:22	23	11:22
□□	1.20	9:48	8:10	26	4:35	26	4:35	6.00	41:48	6:57	24	15:57	24	15:57