



9. Arnstädter Alteburgstaffellauf

Arnstadt / 17.05.2023

□□□□

Die Bügeleisenbande

□□: Die Bügeleisenbande

□□: 3

□□: 6.00 km

Staffel 5 x 1,2 km

□□□□:

Staffel

□□□: 31:36

□□: 11.39 km/h

□□□□: 5:16 min/km

□□□□□: 8 (of 26)

□□□□□□: 25:51

□□□□□: 8(of 26)

□□□□□□□: 25:51

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Wechsel	1.20	5:28	4:33	8	0:56	8	0:56	1.20	5:28	4:33	8	0:56	8	0:56
Wechsel	1.20	6:44	5:36	12	1:23	12	1:23	2.40	12:12	5:04	8	2:19	8	2:19
Wechsel	1.20	6:31	5:25	9	0:56	9	0:56	3.60	18:43	5:11	10	3:15	10	3:15
Wechsel	1.20	6:36	5:30	8	1:26	8	1:26	4.80	25:19	5:16	8	4:41	8	4:41
□□	1.20	6:17	5:14	11	1:04	11	1:04	6.00	31:36	5:15	8	5:45	8	5:45