



# 10. Arnstädter Alteburgstaffellauf

Arnstadt / 29.05.2024

□□□□

## HSG Ilm - Kreis Frauen

□□: HSG Ilm - Kreis

□□: 10

□□: 6.00 km

Staffel 5 x 1,2 km

□□□□:

Staffel

□□□: 32:52

□□: 10.95 km/h

□□□□: 5:28 min/km

□□□□□: 11 (of 30)

□□□□□□: 25:45

□□□□□: 11(of 30)

□□□□□□□: 25:45

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Wechsel	1.20	5:54	4:55	10	1:44	10	1:44	1.20	5:54	4:55	10	1:44	10	1:44
Wechsel	1.20	6:09	5:07	4	1:42	4	1:42	2.40	12:03	5:01	7	3:26	7	3:26
Wechsel	1.20	7:24	6:10	18	2:35	18	2:35	3.60	19:27	5:24	11	6:01	11	6:01
Wechsel	1.20	7:39	6:22	20	2:16	20	2:16	4.80	27:06	5:38	14	7:36	14	7:36
□□	1.20	5:46	4:48	7	1:02	7	1:02	6.00	32:52	5:28	11	7:07	11	7:07