



10. Arnstädter Alteburgstaffellauf

Arnstadt / 29.05.2024

□□□□

Senioren Laufbrigade Angelhausen-Oberndorf

□□: 25

□□: 6.00 km

Staffel 5 x 1,2 km

□□□□:

Staffel

□□: 10.65 km/h

□□□□: 5:38 min/km

□□□□□: 13 (of 30)

□□□□□□: 25:45

□□□□□: 13(of 30)

□□□□□□□: 25:45

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Wechsel	1.20	6:30	5:25	16	2:20	16	2:20	1.20	6:30	5:25	16	2:20	16	2:20
Wechsel	1.20	7:51	6:32	22	3:24	22	3:24	2.40	14:21	5:58	17	5:44	17	5:44
Wechsel	1.20	6:47	5:39	12	1:58	12	1:58	3.60	21:08	5:52	14	7:42	14	7:42
Wechsel	1.20	5:56	4:56	7	0:33	7	0:33	4.80	27:04	5:38	13	7:34	13	7:34
□□	1.20	6:45	5:37	18	2:01	18	2:01	6.00	33:49	5:38	13	8:04	13	8:04