



10. Arnstädter Alteburgstaffellauf

Arnstadt / 29.05.2024

□□□□

Gynokokken

□□□: 38:33

□□: Ilm-Kreis-Kliniken Arnstadt-Ilmenau gGmbH

□□: 9.34 km/h

□□: 9

□□□□: 6:25 min/km

□□: 6.00 km

Staffel 5 x 1,2 km

□□□□□: 23 (of 30)

□□□□□□: 25:45

□□□□:

□□□□□: 23(of 30)

Staffel

□□□□□□□: 25:45

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Wechsel	1.20	8:23	6:59	28	4:13	28	4:13	1.20	8:23	6:59	28	4:13	28	4:13
Wechsel	1.20	7:14	6:01	17	2:47	17	2:47	2.40	15:37	6:30	24	7:00	24	7:00
Wechsel	1.20	8:14	6:51	25	3:25	25	3:25	3.60	23:51	6:37	23	10:25	23	10:25
Wechsel	1.20	8:16	6:53	25	2:53	25	2:53	4.80	32:07	6:41	24	12:37	24	12:37
□□	1.20	6:26	5:21	15	1:42	15	1:42	6.00	38:33	6:25	23	12:48	23	12:48