



10. Arnstädter Alteburgstaffellauf

Arnstadt / 29.05.2024

□□□□

Dufte Truppe

□□: LSV Lok Arnstadt

□□: 7

□□: 6.00 km

Staffel 5 x 1,2 km

□□□□:

Staffel

□□□: 29:18

□□: 12.29 km/h

□□□□: 4:53 min/km

□□□□□: 5 (of 30)

□□□□□□: 25:45

□□□□□: 5(of 30)

□□□□□□□: 25:45

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Wechsel	1.20	5:42	4:45	7	1:32	7	1:32	1.20	5:42	4:45	7	1:32	7	1:32
Wechsel	1.20	5:53	4:54	3	1:26	3	1:26	2.40	11:35	4:49	5	2:58	5	2:58
Wechsel	1.20	6:16	5:13	8	1:27	8	1:27	3.60	17:51	4:57	6	4:25	6	4:25
Wechsel	1.20	5:30	4:35	3	0:07	3	0:07	4.80	23:21	4:51	4	3:51	4	3:51
□□	1.20	5:57	4:57	9	1:13	9	1:13	6.00	29:18	4:53	5	3:33	5	3:33