



25. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 25.04.2015

□□□□

Amendt, Philipp

□□: SV Ichtershausen

□□: 417

□□: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

□□□□:

Männer (20-29 Jahre)

□□□: 44:11

□□: 13.58 km/h

□□□□: 4:25 min/km

□□□□□/□□□: 43 (of 127)

□□□□□/□: 41 (of 105)

□□□□□□: 34:06

□□□□□: 6(of 12)

□□□□□□□: 34:06

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.67	6:29	3:52	5	1:05	24	1:05	1.67	6:29	3:52	5	1:05	24	1:05	
□□ 2	2.35	10:17	4:22	5	2:15	38	2:15	4.02	16:46	4:10	5	3:20	33	3:20	
□□ 3	2.35	10:45	4:34	6	2:41	47	3:10	6.37	27:31	4:19	6	6:01	39	6:01	
□□ 4	2.35	10:42	4:33	6	2:35	40	2:35	8.72	38:13	4:22	6	8:36	41	8:36	
□□□ Ziel	1.28	5:58	4:39	5	1:29	46	1:37	10.00	44:11	4:25	6	10:05	41	10:05	