



# 27. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2017

□□□□

**Khadarkhel, Pohanullah**

□□: Malteser Welcome-Büro

□□: 139

□□: 5.00 km

Die Schwenninger Krankenkasse 5-km-Lauf

□□□□:

Männer (20-29 Jahre)

□□□: 23:44

□□: 12.64 km/h

□□□□: 4:45 min/km

□□□□□/□□□: 15 (of 40)

□□□□□/□: 13 (of 26)

□□□□□□: 18:06

□□□□□: 3(of 4)

□□□□□□□: 18:06

□□□□

□□□□

□□□

| □□□      | □□<br>km | □□<br>□□ | □□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ | □□□  | □□□<br>□□ | □□□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ |
|----------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| □□ 1     | 1.38     | 5:46     | 4:10         | 2       | 1:05    | 8       | 1:05    | 1.38 | 5:46      | 4:10          | 2       | 1:05    | 8       | 1:05    |
| □□ 2     | 2.34     | 11:24    | 4:52         | 3       | 2:54    | 14      | 2:54    | 3.72 | 17:10     | 4:36          | 3       | 3:59    | 11      | 3:59    |
| □□□ Ziel | 1.28     | 6:34     | 5:07         | 3       | 1:39    | 15      | 1:39    | 5.00 | 23:44     | 4:44          | 3       | 5:38    | 13      | 5:38    |