



28. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2018

□□□□

QUEDNAU, Robin

□□: -

□□: 235

□□: 10.00 km

n3 10-km-Lauf

□□□□:

Männer (20-29 Jahre)

□□□: 55:19

□□: 10.85 km/h

□□□□: 5:32 min/km

□□□□□/□□□: 54 (of 96)

□□□□□/□: 49 (of 62)

□□□□□□: 35:39

□□□□□: 4(of 8)

□□□□□□□: 45:46

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.67	9:00	5:23	4	1:57	54	3:29	1.67	9:00	5:23	4	1:57	54	3:29	
□□ 2	2.35	13:14	5:37	4	2:35	51	4:57	4.02	22:14	5:31	4	4:32	52	8:26	
□□ 3	2.35	13:21	5:40	3	2:28	49	4:50	6.37	35:35	5:35	3	7:00	51	13:16	
□□ 4	2.35	12:56	5:30	4	1:54	43	4:23	8.72	48:31	5:33	4	8:54	48	17:39	
□□□ Ziel	1.28	6:48	5:18	2	0:39	32	2:01	10.00	55:19	5:31	4	9:33	49	19:40	