



1. Zossener Heidewalk  
Zossen, OT Schöneiche / 31.05.2008

Detailauswertung

Sildatke, Sabine

Verein: Nordic-Fitness4u  
Startnummer: 36

Strecke: 20,94 km  
21 km Walking/ Nordic Walking

Gesamt-Zeit: 3:17:23

Geschwindigkeit: 6,37 km/h

Höhenmeter auf: 154  
Streckenwert: 22,31

Leistungswert: 148 Punkte

Zwischenzeiten

| Kontrolle | km Gesamt | km Split | Uhrzeit | Gesamt Zeit | Split Zeit |
|-----------|-----------|----------|---------|-------------|------------|
| Start     | 0         | 0        | 10:47   | 00:00       | 00:00      |
| km        | 6,0       | 6,0      | 11:39   | 00:52       | 00:52      |
| km        | 11,5      | 5,5      | 12:29   | 01:41       | 00:49      |
| km        | 14,9      | 3,4      | 12:59   | 02:11       | 00:29      |
| Ziel      | 20,9      | 5,0      | 14:04   | 03:17       | 01:05      |