



6. Unnaer Walking-Day

Unna / 15.06.2008

Detailauswertung

Ponomarenko, Werner

Verein: Turbo-Schnecken Lüdenscheid
Startnummer: 778

Strecke: 17,00 km

17 km-Strecke Nordic Walking

Gesamt-Zeit: 1:49:07

Geschwindigkeit: 9,35 km/h

Höhenmeter auf: 187

Streckenwert: 19,81

Leistungswert: 185 Punkte

Zwischenzeiten

Kontrolle	km Gesamt	km Split	Uhrzeit	Gesamt Zeit	Split Zeit
Start	0	0	09:30	00:00	00:00
Kontrolle	5,3	5,3	10:07	00:36	00:36
Kontrolle	12,3	7,0	10:31	01:01	00:24
Ziel	17,0	4,7	11:19	01:49	00:47