



4. Escha Nordicday

58553 Halver, Waldfreibad Herpine / 25.04.2009

Detailauswertung

Frauenrath, Frank

Verein: GEFAS

Startnummer: 2019

Strecke: 18,00 km

Walking

Gesamt-Zeit: 2:22:50

Geschwindigkeit: 7,56 km/h

Höhenmeter auf: 640

Streckenwert: 27,60

Leistungswert: 209 Punkte