



4. Escha Nordicday

58553 Halver, Waldfreibad Herpine / 25.04.2009

Detailauswertung

Ponomarenko, Werner

Verein: Turbo Schnecken Lüdenscheid
Startnummer: 1510

Strecke: 13,00 km

Nordic Walking

Gesamt-Zeit: 1:41:49

Geschwindigkeit: 7,66 km/h

Höhenmeter auf: 414

Streckenwert: 19,21

Leistungswert: 147 Punkte