



4. Escha Nordicday

58553 Halver, Waldfreibad Herpine / 25.04.2009

Detailauswertung

Lenschow, Sylvia

Verein: T.V. Friesen Telgte

Startnummer: 1028

Strecke: 13,00 km

Walking

Gesamt-Zeit: 1:46:01

Geschwindigkeit: 7,36 km/h

Höhenmeter auf: 414

Streckenwert: 19,21

Leistungswert: 141 Punkte