



5. LSF-Walking Day  
Münster / 20.06.2009

## Detailauswertung

**Rattay-Albers, Rolf**

Verein: 60! Fitness Essen  
Startnummer: 260

Strecke: 10,00 km  
10 km Nordic Walking

Gesamt-Zeit: 1:20:32

Geschwindigkeit: 7,45 km/h

Höhenmeter auf: 69

Streckenwert: 11,04

Leistungswert: 82 Punkte