



5. LSF-Walking Day  
Münster / 20.06.2009

## Detailauswertung

Rickert, Birgit

Verein: Hagen  
Startnummer: 248

Strecke: 10,00 km  
10 km Nordic Walking

Gesamt-Zeit: 1:37:38

Geschwindigkeit: 6,15 km/h

Höhenmeter auf: 69  
Streckenwert: 11,04

Leistungswert: 68 Punkte