



5. LSF-Walking Day  
Münster / 20.06.2009

## Detailauswertung

Ruschel, Elke

Verein: Bottrop  
Startnummer: 340

Strecke: 20,00 km  
20 km Walking

Gesamt-Zeit: 2:32:49

Geschwindigkeit: 7,85 km/h

Höhenmeter auf: 135  
Streckenwert: 22,03

Leistungswert: 173 Punkte