



XXIII. Ohra-Talsperrenlauf-Nordic Walking

Luisenthal / 26.07.2009

Detailauswertung

Lorkowski, Katherina

Verein: BodyFit 2000

Startnummer: 147

Strecke: 21,06 km

Walking/Nordic-Walking

Gesamt-Zeit: 3:05:13

Geschwindigkeit: 6,80 km/h

Höhenmeter auf: 794

Streckenwert: 32,91

Leistungswert: 225 Punkte

Zwischenzeiten

Kontrolle	km Gesamt	km Split	Uhrzeit	Gesamt Zeit	Split Zeit
Start	0	0	09:29	00:00	00:00
Finsterbacher Pirschhaus	5,1	5,1	10:15	00:46	00:46
Talsperre	12,3	7,3	11:16	01:47	01:01
Finsterbacher Pirschhaus	15,8	3,5	11:50	02:21	00:33
Ziel	21,1	5,3	12:34	03:05	00:44