



7. Sparkassen Walk Telgte  
Telgte / 26.09.2009

Detailauswertung

Lenzko, Ilona

Verein: Gehörlosen Walkingtreff Essen  
Startnummer: 753

Strecke: 22,00 km

Nordic Walking

Gesamt-Zeit: 2:55:16

Geschwindigkeit: 7,53 km/h

Höhenmeter auf: 17

Streckenwert: 22,26

Leistungswert: 168 Punkte