



7. Breitunger Pleßlauf

Breitungen / 22.08.2010

Detailauswertung

Adler, Günter

Verein: Moorgrund
Startnummer: 308

Strecke: 21,10 km
21 km Nordic Walking

Gesamt-Zeit: 3:20:13

Geschwindigkeit: 6,32 km/h

Höhenmeter auf: 496
Streckenwert: 28,44

Leistungswert: 180 Punkte

Zwischenzeiten

Kontrolle	km Gesamt	km Split	Uhrzeit	Gesamt Zeit	Split Zeit
Festplatz	0	0	09:30	00:00	00:00
Pleß	13,0	13,0	11:33	02:03	02:03
Festplatz	21,1	8,1	12:50	03:20	01:16