



1. Gräfenhainer Steigerlauf

Gräfenhain / 23.07.2011

Detailauswertung

Heußmann, Ines

Verein: Privat

Startnummer: 105

Strecke: 19,80 km

20 km - Strecke Nordic Walking

Gesamt-Zeit: 3:26:08

Geschwindigkeit: 5,53 km/h

Höhenmeter auf: 472

Streckenwert: 26,08

Leistungswert: 155 Punkte

Zwischenzeiten

Kontrolle	km Gesamt	km Split	Uhrzeit	Gesamt Zeit	Split Zeit
Start	0	0	09:28	00:00	00:00
Steigerhaus	2,9	2,9	09:58	00:29	00:29
Finsterbacher Pirschhaus	8,3	5,4	10:58	01:29	00:59
Lindenstein	16,3	8,0	12:12	02:44	01:14
Ziel	19,8	3,5	12:54	03:26	00:41