



3. Gräfenhainer Steigerlauf Gräfenhain / 20.07.2013

Detailauswertung

Steuding, Gerd

Verein: SV Wechmar
Startnummer: 109

Strecke: 19,80 km
20 km - Strecke Nordic Walking

Gesamt-Zeit: 2:28:40

Geschwindigkeit: 7,99 km/h

Höhenmeter auf: 472
Streckenwert: 26,08

Leistungswert: 215 Punkte

Zwischenzeiten

Kontrolle	km Gesamt	km Split	Uhrzeit	Gesamt Zeit	Split Zeit
Start	0	0	09:31	00:00	00:00
Steigerhaus	2,9	2,9	09:53	00:21	00:21
Finsterbacher Pirschhaus	8,3	5,4	10:36	01:04	00:43
Lindenstein	16,3	8,0	11:30	01:58	00:53
Ziel	19,8	3,5	12:00	02:28	00:29