



3. Gräfenhainer Steigerlauf Gräfenhain / 20.07.2013

Detailauswertung

Menge, Ute

Verein: Concordia Gräfenhain
Startnummer: 112

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

Gesamt-Zeit: 3:17:28

Geschwindigkeit: 5,77 km/h

Höhenmeter auf: 472
Streckenwert: 26,08

Leistungswert: 162 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 | 10:01 | 00:30 | 00:30 |
| Finsterbacher Pirschhaus | 8,3 | 5,4 | 10:58 | 01:26 | 00:56 |
| Lindenstein | 16,3 | 8,0 | 12:08 | 02:37 | 01:10 |
| Ziel | 19,8 | 3,5 | 12:49 | 03:17 | 00:40 |