



3. Gräfenhainer Steigerlauf

Gräfenhain / 20.07.2013

Detailauswertung

Helm, Frank

Gesamt-Zeit: 1:06:38

Verein: Mühltaalauf - Verein Eisenberg / Thür. e.V.

Geschwindigkeit: 6,30 km/h

Startnummer: 321

Strecke: 7,74 km

Höhenmeter auf: 220

Streckenwert: 10,30

8 km - Strecke Nordic Walking

Leistungswert: 77 Punkte

Zwischenzeiten

Kontrolle	km Gesamt	km Split	Uhrzeit	Gesamt Zeit	Split Zeit
Start	0	0	10:31	00:00	00:00
Steigerhaus	2,9	2,9	10:59	00:27	00:27
Ziel	7,7	4,9	11:37	01:06	00:38