



5. LSF-Walking Day  
Münster / 20.06.2009

evaluación detallada

**Bastert, Frank**

Asociación: LSF-Unna-2000

Dorsal: 424

recorrido: 20.00 km

20 km Nordic Walking

tiempo total: 2:15:00

velocidad: 8.89 km/h

desnivel en ascenso: 135

puntuación del recorrido: 22.03

resultado del rendimiento: 196 puntos