



1. Zossener Heidewalk
Zossen, OT Schöneiche / 31.05.2008

evaluación detallada

Sildatke, Sabine

Asociación: Nordic-Fitness4u
Dorsal: 36

recorrido: 20.94 km
21 km Walking/ Nordic Walking

tiempo total: 3:17:23

velocidad: 6.08 km/h

desnivel en ascenso: 154
puntuación del recorrido: 22.31
resultado del rendimiento: 148 puntos

tiempos parciales

control	km Total	km etapa	tiempo	Total tiempo	etapa tiempo
salida	0	0	10:47	00:00	00:00
km	6.0	6.0	11:39	00:52	00:52
km	11.5	5.5	12:29	01:41	00:49
km	14.9	3.4	12:59	02:11	00:29
meta	20.9	5.0	14:04	03:17	01:05