



## 4. Escha Nordicday

58553 Halver, Waldfreibad Herpine / 25.04.2009

### evaluación detallada

**Frauenrath, Frank**

Asociación: GEFAS

Dorsal: 2019

recorrido: 18.00 km

Walking

tiempo total: 2:22:50

velocidad: 7.56 km/h

desnivel en ascenso: 640

puntuación del recorrido: 27.60

resultado del rendimiento: 209 puntos