



## 4. Escha Nordicday

58553 Halver, Waldfreibad Herpine / 25.04.2009

### evaluación detallada

**Dickhage, Manfred**

Asociación: Lauftreff Hagen-Emst

Dorsal: 7503

recorrido: 7.25 km

Nordic Walking

tiempo total: 1:14:22

velocidad: 5.65 km/h

desnivel en ascenso: 269

puntuación del recorrido: 11.04

resultado del rendimiento: 66 puntos