



## 4. Escha Nordicday

58553 Halver, Waldfreibad Herpine / 25.04.2009

### evaluación detallada

**Pohlkamp, Bernhard**

Asociación: Marathon Soest

Dorsal: 1613

recorrido: 13.00 km

Nordic Walking

tiempo total: 1:42:42

velocidad: 7.59 km/h

desnivel en ascenso: 414

puntuación del recorrido: 19.21

resultado del rendimiento: 146 puntos