



# XXIII. Ohra-Talsperrenlauf-Nordic Walking

Luisenthal / 26.07.2009

## evaluación detallada

**Frank, Lutz**

Asociación: Nordic Walking Team Luisenthal

Dorsal: 152

recorrido: 21.06 km

Walking/Nordic-Walking

tiempo total: 2:56:09

velocidad: 7.15 km/h

desnivel en ascenso: 794

puntuación del recorrido: 32.91

resultado del rendimiento: 237 puntos

## tiempos parciales

control	km Total	km etapa	tiempo	Total tiempo	etapa tiempo
salida	0	0	09:29	00:00	00:00
Finsterbacher Pirschhaus	5.1	5.1	10:14	00:45	00:45
Talsperre	12.3	7.3	11:11	01:42	00:56
Finsterbacher Pirschhaus	15.8	3.5	11:43	02:13	00:31
meta	21.1	5.3	12:25	02:56	00:42