



XXIII. Ohra-Talsperrenlauf-Nordic Walking

Luisenthal / 26.07.2009

evaluación detallada

Frank, Iris

Asociación: Nordic Walking Team Luisenthal

Dorsal: 157

recorrido: 21.06 km

Walking/Nordic-Walking

tiempo total: 3:22:20

velocidad: 6.23 km/h

desnivel en ascenso: 794

puntuación del recorrido: 32.91

resultado del rendimiento: 206 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	10:20	00:51	00:51
Talsperre	12.3	7.3	11:27	01:58	01:07
Finsterbacher Pirschhaus	15.8	3.5	12:03	02:34	00:36
meta	21.1	5.3	12:51	03:22	00:47