



4. Warburger Nordic Walking Tag

Warburg / 05.09.2009

evaluación detallada

Hellenkamp, Gisela

Asociación: Hohe Ward Gazellen/TuS-Hiltrup

Dorsal: 495

recorrido: 4.50 km

Nordic Walking 5 km

tiempo total: 39:49

velocidad: 6.03 km/h

desnivel en ascenso: 35

puntuación del recorrido: 4.53

resultado del rendimiento: 34 puntos