



## 9. Unnaer Walking Day

Unna / 03.07.2011

### evaluación detallada

#### Herweg, Rudolf

Asociación: Lauftreff Siebengebirge

Dorsal: 163

recorrido: 15.00 km

Nordic Walking

tiempo total: 1:49:08

velocidad: 8.25 km/h

desnivel en ascenso: 208

puntuación del recorrido: 18.12

resultado del rendimiento: 149 puntos