



## 8. Ilmenauer Osterlauf

Ilmenau, Ortsteil Heyda / 23.04.2011

### evaluación detallada

**Esche, Karsten**

Asociación: LSV Lok Arnstadt

Dorsal: 1007

recorrido: 9.30 km

10 km Nordic Walking

tiempo total: 1:05:28

velocidad: 8.25 km/h

desnivel en ascenso: 158

puntuación del recorrido: 11.37

resultado del rendimiento: 99 puntos