



9. Walk in Herne 2014  
Herne-Sodingen / 23.03.2014

evaluación detallada

**Pflugrad, Thomas**

Asociación: AS Neukirchen-Vluyn  
Dorsal: 20524

recorrido: 20.00 km  
Herner Nordic Walk

tiempo total: 2:41:35

velocidad: 7.43 km/h

desnivel en ascenso: 300  
puntuación del recorrido: 24.50  
resultado del rendimiento: 182 puntos