



4. DJK Walking-Day  
Lünen-Brambauer / 29.06.2014

evaluación detallada

**Pflugrad, Thomas**

Asociación: AS Neukirchen-Vluyn  
Dorsal: 21127

recorrido: 21.00 km  
21 km Nordic Walking

tiempo total: 2:57:06

velocidad: 7.11 km/h

desnivel en ascenso: 486  
puntuación del recorrido: 28.29  
resultado del rendimiento: 192 puntos