



5. LSF-Walking Day  
Münster / 20.06.2009

## Exploitation détaillée

Lhoest, Karl-Heinz

Association: Mülheim  
Dossard: 446

Circuit: 20.00 km  
20 km Nordic Walking

Temps total: 2:48:30

Vitesse: 7.12 km/h

dénivelée positif (m): 135  
Résultat du parcours: 22.03  
résultat par performance: 157 Points