



XXIII. Ohra-Talsperrenlauf-Nordic Walking

Luisenthal / 26.07.2009

Exploitation détaillée

Helm, Uwe

Association: Ort: Crawinkel

Dossard: 114

Circuit: 21.06 km

Walking/Nordic-Walking

Temps total: 3:20:17

Vitesse: 6.29 km/h

dénivelée positif (m): 794

Résultat du parcours: 32.91

résultat par performance: 208 Points

Temps intermédiaires

Poste	km Total	km Etape	Temps	Total Temps	Etape Temps
Départ	0	0	09:29	00:00	00:00
Finsterbacher Pirschhaus	5.1	5.1	10:18	00:49	00:49
Talsperre	12.3	7.3	11:24	01:55	01:05
Finsterbacher Pirschhaus	15.8	3.5	12:01	02:32	00:37
Arrivée	21.1	5.3	12:49	03:20	00:48