



## 3. Gräfenhainer Steigerlauf

Gräfenhain / 20.07.2013

### Detalizēti rezultāti

Helm, Frank

Klubs: Mühltaaluf - Verein Eisenberg / Thür. e.V.

Numurs: 321

Posms: 7.74 km

8 km - Strecke Nordic Walking

Kopējais laiks: 1:06:38

Ātrums: 6.30 km/h

metri augšup: 220

distances rezultāts: 10.30

Izpildījuma rezultāts: 77 Punkti

### Vidējie laiki

| Kontrollpunkts | km Kopā | km Posma | laiks | Kopā Laiks | Posma Laiks |
|----------------|---------|----------|-------|------------|-------------|
| starts         | 0       | 0        | 10:31 | 00:00      | 00:00       |
| Steigerhaus    | 2.9     | 2.9      | 10:59 | 00:27      | 00:27       |
| finišs         | 7.7     | 4.9      | 11:37 | 01:06      | 00:38       |