



4. Walk in Herne  
Herne / 22.03.2009

□□□□

Ibsch, Hans-Dieter

□□: Die Verfolger

□□: 13515

□□: 13.00 km

Nordic Walking

□□□: 1:51:38

□□: 6.99 km/h

□□□□□□: 180

□□□□: 15.70

□□□□: 110 □