



# 8. Werraenergie Pleßlauf

Breitungen / 21.08.2011

□□□□

**Bierau, Astrid**

□□: Pummpälz

□□: 529

□□: 21.10 km

21 km Nordic Walking

□□□□:

Nordic Walking Frauen

□□□: 3:13:57

□□: 6.50 km/h

□□□□: 9:11 min/km

□□□□□/□□□: 7 (of 9)

□□□□□/□: 4 (of 4)

□□□□□□: 3:03:48

□□□□□: 4(of 4)

□□□□□□□: 3:03:48

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Pleß	13.00	2:05:04	9:37	4	9:23	4	9:23	13.00	2:05:04	9:37	4	9:23	4	9:23
Festplatz	8.10	1:08:53	8:30	4	0:46	4	0:46	21.10	3:13:57	9:11	4	10:09	4	10:09