



Stirnu Buks II
Gaujas Nacionala Parka / 21.05.2016

□□□□

Šulmanis, Arilds

□□: CrossFit Rīdzene

□□: 2498

□□: 13.00 km

Zakis

□□□□:

VZ3C

□□□: 1:25:09

□□: 9.16 km/h

□□□□□/□□□: 223 (of 710)

□□□□□/□: 186 (of 369)

□□□□□□: 54:11

□□□□□: 150(of 302)

□□□□□□□: 54:11

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	km/h	-	-	□	□	km	□□	km/h	-	-	□	□
101	4.75	26:03	9.21	133	9:18	168	9:18	4.75	26:03	9.21	133	9:18	168	9:18
102	0.25	4:52	0.00	154	2:22	194	2:22	5.00	30:55	9.70	127	11:06	162	11:06
104	7.00	41:33	10.11	161	14:59	197	14:59	12.00	1:12:28	9.94	142	26:05	178	26:05
Ziel	1.00	12:41	4.73	185	4:53	223	4:53	13.00	1:25:09	9.16	150	30:58	187	30:58