



Stirnu Buks V
 Āžu Kalna / 20.08.2016

□□□□

Freija, Dita

□□: Crossfit Rīdzene

□□: 2583

□□: 12.00 km

Zakis

□□□□:

SZ3

□□□: 1:14:32

□□: 9.66 km/h

□□□□□/□□□: 205 (of 652)

□□□□□/□: 44 (of 328)

□□□□□□: 57:31

□□□□□: 34(of 271)

□□□□□□□: 57:31

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
101	-	28:50	-	45	7:14	56	7:14	-	28:50	-	45	7:14	56	7:14
106	-	30:12	-	32	6:51	41	6:51	-	59:02	-	33	14:05	42	14:05
Ziel	-	15:30	-	32	2:56	43	2:56	12.00	1:14:32	-	34	17:01	44	17:01