



Werteanzeiger:

Zeit: 14:42:01

HF: 96 S/min

Kalorienrate : 189 kcal/60min

Geschwindigkeit: 1.8 km/h

Tempo: 33:20 min/km

Strecke: 0.0 km

Höhe: 1142 m

Aufstieg: 0 m

Abstieg: 0 m

↗	1:29:00	(62 %)	8.007 km	(63 %)
→	0:10:00	(7 %)	0.564 km	(4 %)
↘	0:45:00	(31 %)	4.178 km	(33 %)

Temperatur [°C]

Person	Stefan zweili	Datum	07.08.2005	Herzfrequenz	142 / 168	Grenzen 1	90 - 130
Einheit	07.08.2005 14:42	Zeit	14:42:01	Geschwindigkeit	6.0 / 8.1	Grenzen 2	130 - 150
Sportart	Nordic Walking	Dauer	2:24:21.0			Grenzen 3	150 - 170
Team	Zweili	Strecke	12.8 km				
Anmerkung	Lüderenalp - Napf			Aufsteigend	639 (2.0%)		
				Auswahl	14:42:01 - 17:06:01 (2:24:00.0)		