



Teilnehmer der 1. Virtuellen Vereinsmeisterschaft 2020 SG ZONS

ALT-RUNDE

SCH -RUNDE

8. Mai 2020
Start 8 Uhr
Karin Niehues

km	Dauer
10,0	00:59:50

10.02	01:02:52	967
Distanz (km)	Dauer	Kalorien

10.16 km	0:56:26	769 kcal
Schnellster kurzer Lauf	Dauer	Energie
Du hast dein schnellstes Tempo um 0:31 Min./km übertroffen		

110,04km	00:58:31	155±	679kcal
Distanz	Dauer	Tempo	Energie

04:38:56	1:04:38
10YEAR BATTERY	LAP SPLIT

48:01	10,01	579
Zeit	Distanz (km)	Kalorien
4:48	Tempo	19

10,0 km	4:53 /km	48min
Lauf	Tempo	Zeit

10,01	46:35	690
Distanz (km)	Zeit	Kalorien
0:46:35	GESAMTSTRECKE	49
10,0 km	4:39	49

10,01 km	520 kcal
stanz	Kalorien