



Höhenmeter:   
Pace:   
Schnell Ge...  
Gehen:  
Langsam G...  
Distanz: 14,72 km  
Höhe: 109 m  
Aufstieg: 145 m/143 m  
Dauer: 04:09:48  
Pace: 16:58 min/km  
Bewegte D... 03:39:45

Distanz: 11 km | Höhe: 140 m | Zeit: 03:13:34 | Pace: 107:04 min/km

