

1. Lauftraining der Gruppe 7 am 12.2.2016:

Trappitsch R, Kramer P, Kreuz H., Kutschek M., Navadnig Christian



SPORTART
Laufen

Freitag, 12 Feb. 2016 16:54



Überblick



DAUER
1:03:07



DISTANZ
7.59km



DURCH. GESCHW.
7.22km/h



DURCHSCHN.
8:19min/km



MAX. GESCHW.
15.25km/h



MAX. TEMPO
3:56min/km



KALORIEN
1114kcal



FLÜSSIGKEITSZU
0.20L



MIN. HÖHE
502.0m



MAX. HÖHE
547.0m



GESAMTE
85.0m



GESAMTER ABSTIEG
124.0m



Laufen

