



Distanz

8,15 km

Distanz

Kalorien

163 C

Kalorien

Training Effect

0,4 Kein Nutzen

Aerob

0,0 Kein Nutzen

Anaerob

Herzfrequenz

bpm % max. Bereiche

Höhe

68 m

Positiver Höhenunterschied

39 m

Negativer Höhenunterschied

95 m

Min. Höhe

123 m

Max. Höhe







