

ETAP 7

Wędrowanie

2013-07-24 04:31



Foligno - Spoleto



DYSTANS
32.81 km



CZAS TRWANIA
6g:48m:15s



ŚREDNIA PRĘKOŚĆ
4.8 km/h



MAX PRĘDKOŚĆ
8.9 km/h



KALORIE
2536 kcal



NAWODNIENIE
1.58L



MIN WYSOKOŚĆ
254 m



MAX WYSOKOŚĆ
403 m



ŁĄCZNIE W GÓRĘ
487 m



ŁĄCZNIE W DÓŁ
396 m

