

Tag Uhrzeit	Temp. u. Luft-feuchte	Regen Sonne	ge- wässert	Strecken- länge	Laufzeit min/sec	durch- schnittliche Km/h	Pausen- Tage	Zustand Hund

km/h Rechner: <http://www.blv-sport.de/laufteam/lehre/Rechner.htm>