

Day	Date	Departure city	Arrival city	Via	Km	Time (min)	Km/h (average)	Max speed (km/h)
1	05.09.2011	Slantsy	Spitsino	New cement plant, Slantsy	101,4	276	22,1	35,0
2	06.09.2011	Spitsino	Pskov		95,5	323	17,7	31,1
3	07.09.2011	Pskov	Väiko-Härmä	Vastseliina	88,3	280	18,9	48,6
4	08.09.2011	Väiko-Härmä	Ape, Latvia	Rõuge, Estonia	84,3	286	17,7	42,0
5	09.09.2011	Ape, Latvia	Balvi, Latvia	Alūksne	72,6	207	21,0	44,8
6	10.09.2011	Balvi, Latvia	Rezekne		84,4	248	20,4	43,6
7	11.09.2011	Rezekne	Krāslava	Dagda	96,4	272	21,2	56,1
8	12.09.2011	Krāslava	Daugavpils		45,2	122	22,3	44,4
9	13.09.2011	Daugavpils	Ignalina, Lithuania	Ignalina NPP	104,5	334	18,8	36,7
10	14.09.2011	Ignalina	Vilnius		118,5	403	17,6	39,9
11	15.09.2011							
12	16.09.2011	Vilnius	Alytus		108,2	347	18,7	36,0
13	17.09.2011	Alytus	Vilkaviškis		92,1	278	19,9	45,3
14	18.09.2011	Vilkaviškis	Chernyahovsk		86,5	219	23,7	55,6
15	19.09.2011	Chernyahovsk	Kaliningrad	Znamensk	102	293	20,9	36,3
16	20.09.2011							
17	21.09.2011	Kaliningrad	Elblag	Mamonovo / Frombork	104,6	321	19,5	48,2
18	22.09.2011	Elblag	Malbork		35,5	111	19,2	28,8
19	23.09.2011	Malbork	Gdansk	Tczew	60,5	180	20,2	39,2
20	24.09.2011	Gdansk	Bytów	Kartuzy	95	305	18,7	49,5
21	25.09.2011	Bytów	Ustka	Unichowo	78,5	227	20,8	54,4
22	26.09.2011	Ustka	Koszalin	Ledowo (detour)	84,2	252	20,0	34,1
23	27.09.2011	Koszalin	Rewal	Mrzeżyno (detour 8 km)	106,4	339	18,8	35,0
24	28.09.2011	Rewal	Świnoujście		72	219	19,7	57,6
25	29.09.2011	Świnoujście	Greifswald	Peenemünde / Rubenow	101,6	318	19,1	41,7
26	30.09.2011	Greifswald	Sassnitz	Stralsund / Putbus	106,9	336	19,1	52,3
27	01.10.2011	Sassnitz	Stralsund	Bergen	60,8	182	20,0	55,6
28	02.10.2011	Stralsund	Wismar	Rostock	145,8	415	21,1	55,6
29	03.10.2011	Wismar	Plön	Lübeck	110,8	327	20,3	48,2
30	04.10.2011	Plön	Flensburg	Kiel, Schleswig	129,7	422	18,5	38,1
31	05.10.2011	Flensburg	Esbjerg	Løgumkloster	126,1	369	20,5	40,6
Total					2698,3	136,85 h	19,7	

Bicycle computer: Sigma 1106; please note some of the measurements on day 3 has been taken from my dad's bicycle computer.