



# 1. Lüneburger Heide-Staffellauf / Ultra-Marathon

Lüneburg / 16.06.2018

## evaluación detallada

Riedel, Roland

Asociación: LG Westerwald

Dorsal: 3

recorrido: 100.00 km

Ultra-Marathon

categoría:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

tiempo total: 12:39:30

velocidad: 7.90 km/h

rendimiento en carrera: 7:36 min/km

posición en el recorrido/Total: 29 (de 59)

posición en el recorrido/Men: 25 (de 50)

mejor tiempo del recorrido: 8:22:31

posición en la categoría: 2(de 2)

mejor tiempo en la categoría: 11:28:28

## tiempos parciales

## stage score

## Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score			Total score							
				retraso categoría	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso categoría	retraso Men	retraso Men		
Südergellersen	10.40	1:15:44	7:16	2	16:27	48	27:23	10.40	1:15:44	7:16	2	16:27	48	27:23
Amelinghausen	13.60	1:38:29	7:14	2	16:47	45	34:11	24.00	2:54:13	7:15	2	33:14	47	1:01:34
Schwindebeck	8.30	59:05	7:07	2	8:48	39	21:02	32.30	3:53:18	7:13	2	42:02	43	1:22:36
Bispingen	9.60	1:07:00	6:58	2	4:24	34	22:09	41.90	5:00:18	7:10	2	46:26	40	1:44:44
Overhaverbeck	10.80	1:16:54	7:07	1	-	20	25:23	52.70	6:17:12	7:09	2	45:47	38	2:10:07
Undeloh	6.90	54:27	7:53	2	3:37	25	20:09	59.60	7:11:39	7:14	2	49:24	35	2:30:16
Egestorf	9.20	1:16:51	8:21	2	6:49	28	30:33	68.80	8:28:30	7:23	2	56:13	34	3:00:49
Salzhausen	10.60	1:28:40	8:21	2	9:42	21	32:10	79.40	9:57:10	7:31	2	1:05:55	33	3:32:59
Südergellersen	10.90	1:28:01	8:04	2	2:24	15	21:38	90.30	11:25:11	7:35	2	1:08:19	25	3:54:37
Sülzwiesen	9.70	1:14:19	7:39	2	2:43	14	22:29	100.00	12:39:30	7:35	2	1:11:02	25	4:16:59