



2. Lüneburger Heidelauf
Lüneburg / 15.06.2019

evaluación detallada

RSC Lüneburg Triathlon I

Dorsal: 361

recorrido: 100.00 km
Lüneburger Heide Lauf

categoría:
5-10er Staffel

tiempo total: 8:37:40

velocidad: 11.59 km/h
rendimiento en carrera: 5:11 min/km

posición en el recorrido: 11 (de 83)
mejor tiempo del recorrido: 7:28:54

posición en la categoría: 11(de 82)
mejor tiempo en la categoría: 7:28:54

tiempos parciales

stage score

Total score

| control | etapa | | etapa | | etapa | | etapa | | Total | | Total | | Total | |
|----------------|-------|---------|--------|----------|---------|----------|---------|----------|---------|--------|---------|--------|----------|---------|
| | km | tiempo | min/km | posición | retraso | posición | retraso | posición | retraso | km | tiempo | min/km | posición | retraso |
| Südergellersen | 10.30 | 44:39 | 4:20 | 7 | 4:42 | 7 | 4:42 | 7 | 4:42 | 10.30 | 44:39 | 4:20 | 7 | 4:42 |
| Amelinghausen | 13.80 | 1:13:50 | 5:21 | 38 | 21:05 | 39 | 21:05 | 39 | 21:05 | 24.10 | 1:58:29 | 4:54 | 15 | 20:00 |
| Schwindebeck | 9.40 | 47:44 | 5:04 | 11 | 10:24 | 11 | 10:24 | 11 | 10:24 | 33.50 | 2:46:13 | 4:57 | 12 | 21:57 |
| Bispingen | 8.90 | 43:16 | 4:51 | 14 | 6:54 | 14 | 6:54 | 14 | 6:54 | 42.40 | 3:29:29 | 4:56 | 9 | 23:41 |
| Overhaverbeck | 10.80 | 1:10:34 | 6:32 | 74 | 25:39 | 75 | 25:39 | 75 | 25:39 | 53.20 | 4:40:03 | 5:15 | 19 | 49:20 |
| Undeloh | 6.90 | 35:40 | 5:10 | 16 | 7:38 | 16 | 7:38 | 16 | 7:38 | 60.10 | 5:15:43 | 5:15 | 15 | 51:20 |
| Egestorf | 9.20 | 47:45 | 5:11 | 15 | 9:31 | 15 | 9:31 | 15 | 9:31 | 69.30 | 6:03:28 | 5:14 | 13 | 50:37 |
| Salzhausen | 10.70 | 1:04:58 | 6:04 | 61 | 23:22 | 62 | 23:22 | 62 | 23:22 | 80.00 | 7:08:26 | 5:21 | 21 | 1:09:22 |
| Südergellersen | 10.90 | 50:20 | 4:37 | 7 | 5:40 | 7 | 5:40 | 7 | 5:40 | 90.90 | 7:58:46 | 5:16 | 16 | 1:07:41 |
| Sülzwiesen | 9.10 | 38:54 | 4:16 | 5 | 2:47 | 5 | 2:47 | 5 | 2:47 | 100.00 | 8:37:40 | 5:10 | 11 | 1:08:46 |