



## 2. Lüneburger Heidelauf Lüneburg / 15.06.2019

### evaluación detallada

**Goumairi, Khalid**

Asociación: -  
Dorsal: 25

recorrido: 100.00 km  
Ultra-Marathon

categoría:  
Senioren M50 (50-54 Jahre)

tiempo total: 12:04:11

velocidad: 8.29 km/h  
rendimiento en carrera: 7:14 min/km

posición en el recorrido/Total: 38 (de 92)  
posición en el recorrido/Men: 29 (de 69)  
mejor tiempo del recorrido: 8:30:22

posición en la categoría: 8(de 17)  
mejor tiempo en la categoría: 8:30:22

### tiempos parciales

### stage score

### Total score

| control        | etapa |         | etapaposisió retraso |                    |                   |                    | Total             |        |          |        |                    |                   |    |         |
|----------------|-------|---------|----------------------|--------------------|-------------------|--------------------|-------------------|--------|----------|--------|--------------------|-------------------|----|---------|
|                | km    | tiempo  | min/km               | posición categoría | retraso categoría | posición categoría | retraso categoría | km     | tiempo   | min/km | posición categoría | retraso categoría |    |         |
| Südergellersen | 10.30 | 1:00:16 | 5:51                 | 5                  | 1:28              | 21                 | 4:51              | 10.30  | 1:00:16  | 5:51   | 5                  | 1:28              | 21 | 4:51    |
| Amelinghausen  | 13.80 | 1:24:11 | 6:06                 | 7                  | 22:55             | 35                 | 22:55             | 24.10  | 2:24:27  | 5:59   | 7                  | 16:37             | 33 | 21:01   |
| Schwindebeck   | 9.40  | 57:57   | 6:09                 | 6                  | 14:22             | 26                 | 14:52             | 33.50  | 3:22:24  | 6:02   | 7                  | 30:59             | 34 | 30:59   |
| Bispingen      | 8.90  | 58:45   | 6:36                 | 4                  | 7:52              | 28                 | 17:52             | 42.40  | 4:21:09  | 6:09   | 5                  | 21:34             | 30 | 48:18   |
| Overhaverbeck  | 10.80 | 1:19:33 | 7:21                 | 6                  | 15:26             | 32                 | 29:24             | 53.20  | 5:40:42  | 6:24   | 8                  | 1:15:11           | 32 | 1:17:42 |
| Undeloh        | 6.90  | 1:01:17 | 8:52                 | 16                 | 26:25             | 52                 | 27:59             | 60.10  | 6:41:59  | 6:41   | 8                  | 1:41:36           | 32 | 1:45:41 |
| Egestorf       | 9.20  | 1:11:25 | 7:45                 | 7                  | 21:47             | 30                 | 23:38             | 69.30  | 7:53:24  | 6:49   | 9                  | 2:03:23           | 33 | 2:09:19 |
| Salzhausen     | 10.70 | 1:31:29 | 8:32                 | 9                  | 34:09             | 37                 | 34:09             | 80.00  | 9:24:53  | 7:03   | 8                  | 2:37:32           | 33 | 2:41:26 |
| Südergellersen | 10.90 | 1:28:30 | 8:07                 | 6                  | 29:49             | 20                 | 29:49             | 90.90  | 10:53:23 | 7:11   | 8                  | 3:07:21           | 30 | 3:07:21 |
| Sülzwiesen     | 9.10  | 1:10:48 | 7:46                 | 8                  | 26:28             | 30                 | 26:28             | 100.00 | 12:04:11 | 7:14   | 8                  | 3:33:49           | 29 | 3:33:49 |