



2. Lüneburger Heidelauf

Lüneburg / 15.06.2019

evaluación detallada

Bonnemann, Detlef

Asociación: Burgwedel OT Wettmar
Dorsal: 8

recorrido: 100.00 km
Ultra-Marathon

categoría:
Senioren M50 (50-54 Jahre)

tiempo total: 12:50:53

velocidad: 7.78 km/h
rendimiento en carrera: 7:43 min/km

posición en el recorrido/Total: 51 (de 92)
posición en el recorrido/Men: 39 (de 69)
mejor tiempo del recorrido: 8:30:22

posición en la categoría: 11(de 17)
mejor tiempo en la categoría: 8:30:22

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa			stage score			Total score							
	etapa km	etapa tiempo	etapa velocidad	posición categoría	retraso categoría	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total velocidad	posición categoría	retraso categoría	retraso Men		
Südergellersen	10.30	1:09:39	6:45	14	10:51	57	14:14	10.30	1:09:39	6:45	14	10:51	57	14:14
Amelinghausen	13.80	1:31:24	6:37	9	30:08	45	30:08	24.10	2:41:03	6:40	9	33:13	45	37:37
Schwindebeck	9.40	1:07:45	7:12	10	24:10	43	24:40	33.50	3:48:48	6:49	11	57:23	50	57:23
Bispingen	8.90	1:05:19	7:20	10	14:26	42	24:26	42.40	4:54:07	6:56	10	54:32	46	1:21:16
Overhaverbeck	10.80	1:25:16	7:53	11	21:09	39	35:07	53.20	6:19:23	7:07	11	1:53:52	48	1:56:23
Undeloh	6.90	54:00	7:49	11	19:08	34	20:42	60.10	7:13:23	7:12	11	2:13:00	45	2:17:05
Egestorf	9.20	1:14:01	8:02	10	24:23	35	26:14	69.30	8:27:24	7:19	11	2:37:23	43	2:43:19
Salzhausen	10.70	1:33:10	8:42	11	35:50	40	35:50	80.00	10:00:34	7:30	11	3:13:13	40	3:17:07
Südergellersen	10.90	1:35:47	8:47	10	37:06	32	37:06	90.90	11:36:21	7:39	11	3:50:19	40	3:50:19
Sülzwiesen	9.10	1:14:32	8:11	10	30:12	35	30:12	100.00	12:50:53	7:42	11	4:20:31	39	4:20:31