



2. Lüneburger Heidelauf Lüneburg / 15.06.2019

evaluación detallada

Jendro, Steffi

Asociación: Berlin Runners
Dorsal: 39

recorrido: 100.00 km
Ultra-Marathon

categoría:
Seniorinnen W35 (35-39 Jahre)

tiempo total: 13:57:38

velocidad: 7.16 km/h
rendimiento en carrera: 8:23 min/km

posición en el recorrido/Total: 59 (de 92)
posición en el recorrido/Women: 13 (de 23)
mejor tiempo del recorrido: 9:51:19

posición en la categoría: 3(de 5)
mejor tiempo en la categoría: 10:14:34

tiempos parciales

stage score

Total score

| control | etapa | | etapa | | etapa | | retraso | | retraso | | Total | | Total | | Total | |
|----------------|-------|---------|--------|----------|---------|----------|---------|----------|---------|----------|--------|--------|----------|---------|----------|---------|
| | km | tiempo | min/km | posición | retraso | posición | retraso | posición | retraso | km | tiempo | min/km | posición | retraso | posición | retraso |
| | | | | Wome | Women | | Wome | Women | | | | Wome | Women | | Wome | Women |
| Südergellersen | 10.30 | 1:08:55 | 6:41 | 4 | 13:05 | 16 | 13:05 | | 10.30 | 1:08:55 | 6:41 | 4 | 13:05 | 16 | 13:05 | |
| Amelinghausen | 13.80 | 1:33:49 | 6:47 | 4 | 18:38 | 13 | 23:11 | | 24.10 | 2:42:44 | 6:45 | 4 | 31:43 | 14 | 31:43 | |
| Schwindebeck | 9.40 | 1:11:39 | 7:37 | 4 | 16:18 | 16 | 22:02 | | 33.50 | 3:54:23 | 6:59 | 4 | 48:01 | 17 | 48:01 | |
| Bispingen | 8.90 | 1:17:24 | 8:41 | 5 | 23:39 | 20 | 30:41 | | 42.40 | 5:11:47 | 7:21 | 4 | 1:11:40 | 18 | 1:17:47 | |
| Overhaverbeck | 10.80 | 1:41:52 | 9:25 | 4 | 29:31 | 18 | 38:22 | | 53.20 | 6:53:39 | 7:46 | 4 | 1:41:11 | 17 | 1:56:09 | |
| Undeloh | 6.90 | 1:01:23 | 8:53 | 4 | 15:53 | 17 | 21:20 | | 60.10 | 7:55:02 | 7:54 | 3 | 1:57:04 | 16 | 2:17:29 | |
| Egestorf | 9.20 | 1:25:19 | 9:16 | 3 | 24:42 | 13 | 29:00 | | 69.30 | 9:20:21 | 8:05 | 3 | 2:21:46 | 16 | 2:46:29 | |
| Salzhausen | 10.70 | 1:36:15 | 8:59 | 3 | 29:49 | 13 | 29:49 | | 80.00 | 10:56:36 | 8:12 | 3 | 2:51:35 | 14 | 3:14:44 | |
| Südergellersen | 10.90 | 1:42:26 | 9:23 | 3 | 30:00 | 13 | 31:57 | | 90.90 | 12:39:02 | 8:21 | 3 | 3:21:35 | 13 | 3:46:41 | |
| Sülzwiesen | 9.10 | 1:18:36 | 8:38 | 3 | 21:29 | 14 | 21:29 | | 100.00 | 13:57:38 | 8:22 | 3 | 3:43:04 | 13 | 4:06:19 | |