



3. Lüneburger Heide Staffellauf und Ultra-Marathon

Lüneburg / 18.06.2022

evaluación detallada

Gersbeck Ingo

Asociación: Berlin Runners

Dorsal: 38

recorrido: 100.00 km

Ultra-Marathon

categoría:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

tiempo total: 15:18:42

velocidad: 6.53 km/h

rendimiento en carrera: 09:11 min/km

posición en el recorrido/Total: 67 (de 102)

posición en el recorrido/Men: 55 (de 86)

mejor tiempo del recorrido: 8:42:41

posición en la categoría: 8(de 11)

mejor tiempo en la categoría: 10:40:25

tiempos parciales

stage score

Total score

| control | etapa km | etapa tiempo | etapaposisió min/km | retraso | | | Total | | | | | | | |
|----------------|-------------|-----------------|------------------------|----------|---------|----------|---------|----------|----------|------|-----|---------|-----|---------|
| | | | | posición | retraso | posición | retraso | posición | retraso | | | | | |
| | | | Men | Men | Men | Men | Men | Men | Men | Men | Men | Men | Men | |
| Südergellersen | 10.30 | 1:15:48 | 7:21 | 10 | 19:23 | 81 | 27:51 | 10.30 | 1:15:48 | 7:21 | 10 | 19:23 | 81 | 27:51 |
| Amelinghausen | 13.80 | 1:51:01 | 8:02 | 11 | 29:49 | 84 | 46:49 | 24.10 | 3:06:49 | 7:45 | 11 | 49:12 | 82 | 1:14:34 |
| Schwindebeck | 9.40 | 1:20:15 | 8:32 | 11 | 26:01 | 76 | 36:21 | 33.50 | 4:27:04 | 7:58 | 11 | 1:12:36 | 81 | 2:09:44 |
| Bispingen | 8.90 | 1:29:15 | 10:01 | 9 | 35:56 | 76 | 47:13 | 42.40 | 5:56:19 | 8:24 | 11 | 2:15:04 | 82 | 3:38:59 |
| Overhaverbeck | 10.80 | 1:48:52 | 10:04 | 9 | 42:14 | 70 | 55:12 | 53.20 | 7:45:11 | 8:44 | 9 | 2:24:16 | 71 | 3:30:49 |
| Undeloh | 6.90 | 1:04:41 | 9:22 | 7 | 17:16 | 47 | 30:05 | 60.10 | 8:49:52 | 8:48 | 9 | 2:40:39 | 69 | 3:52:53 |
| Egestorf | 9.20 | 1:32:51 | 10:05 | 7 | 31:21 | 42 | 43:15 | 69.30 | 10:22:43 | 8:59 | 9 | 3:12:00 | 57 | 4:30:34 |
| Salzhausen | 10.70 | 1:44:27 | 9:45 | 7 | 31:15 | 49 | 47:00 | 80.00 | 12:07:10 | 9:05 | 9 | 3:43:15 | 56 | 5:14:55 |
| Südergellersen | 10.90 | 1:46:47 | 9:47 | 6 | 24:12 | 42 | 42:36 | 90.90 | 13:53:57 | 9:10 | 8 | 4:07:27 | 55 | 5:57:31 |
| Sülzwiesen | 9.10 | 1:24:45 | 9:18 | 6 | 30:50 | 41 | 38:30 | 100.00 | 15:18:42 | 9:11 | 8 | 4:38:17 | 55 | 6:36:01 |