



3. Lüneburger Heide Staffellauf und Ultra-Marathon

Lüneburg / 18.06.2022

evaluación detallada

Korte Anja

tiempo total: 12:30:06

Dorsal: 66

velocidad: 8.00 km/h

rendimiento en carrera: 07:30 min/km

recorrido: 100.00 km

posición en el recorrido/Total: 30 (de 102)

Ultra-Marathon

posición en el recorrido/Women: 3 (de 16)

mejor tiempo del recorrido: 8:42:41

categoría:

posición en la categoría: 1(de 3)

Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

mejor tiempo en la categoría: 12:30:06

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa		etapa				stage score		Total		Total			
	km	tiempo	min/km	posición	retraso	posición	retraso	km	tiempo	min/km	posición	retraso	posición	retraso
				category	category	Women	Women				category	category	Women	Women
Südergellersen	10.30	56:36	5:29	1	-	2	5:35	10.30	56:36	5:29	1	-	2	5:35
Amelinghausen	13.80	1:20:22	5:49	1	-	2	10:09	24.10	2:16:58	5:40	1	-	2	15:44
Schwindebeck	9.40	59:13	6:17	1	-	4	7:33	33.50	3:16:11	5:51	1	-	4	23:17
Bispingen	8.90	58:45	6:36	1	-	4	7:08	42.40	4:14:56	6:00	1	-	4	30:25
Overhaverbeck	10.80	1:24:07	7:47	1	-	5	18:05	53.20	5:39:03	6:22	1	-	4	42:36
Undeloh	6.90	1:01:16	8:52	2	6:37	8	20:06	60.10	6:40:19	6:39	1	-	4	57:53
Egestorf	9.20	1:20:35	8:45	2	5:09	4	20:10	69.30	8:00:54	6:56	1	-	4	1:18:03
Salzhausen	10.70	1:28:33	8:16	1	-	2	21:06	80.00	9:29:27	7:07	1	-	3	1:39:09
Südergellersen	10.90	1:44:23	9:34	2	2:31	7	27:53	90.90	11:13:50	7:24	1	-	3	2:07:02
Sülzwiesen	9.10	1:16:16	8:22	1	-	5	19:15	100.00	12:30:06	7:30	1	-	3	2:26:17