



### 3. Lüneburger Heide Staffellauf und Ultra-Marathon

Lüneburg / 18.06.2022

#### evaluación detallada

Fischer Markus

tiempo total: 12:51:44

Dorsal: 35

velocidad: 7.77 km/h

rendimiento en carrera: 07:43 min/km

recorrido: 100.00 km

posición en el recorrido/Total: 34 (de 102)

Ultra-Marathon

posición en el recorrido/Men: 30 (de 86)

mejor tiempo del recorrido: 8:42:41

categoría:

posición en la categoría: 5(de 10)

Senioren M35 (35-39 Jahre)

mejor tiempo en la categoría: 9:56:21

#### tiempos parciales

#### stage score

#### Total score

| control        | etapa | etapa   | etapa  | posició   | retraso | posició | retraso | Total  | Total    | Total | posició | retraso | posició | retraso |
|----------------|-------|---------|--------|-----------|---------|---------|---------|--------|----------|-------|---------|---------|---------|---------|
|                | km    | tiempo  | min/km | categoría | Men     | Men     | Men     |        |          |       | Men     | Men     | Men     |         |
| Südergellersen | 10.30 | 56:35   | 5:29   | 5         | 8:32    | 16      | 8:38    | 10.30  | 56:35    | 5:29  | 5       | 8:32    | 16      | 8:38    |
| Amelinghausen  | 13.80 | 1:18:28 | 5:41   | 4         | 14:16   | 16      | 14:16   | 24.10  | 2:15:03  | 5:36  | 4       | 22:48   | 13      | 22:48   |
| Schwindebeck   | 9.40  | 53:45   | 5:43   | 5         | 9:51    | 14      | 9:51    | 33.50  | 3:08:48  | 5:38  | 6       | 51:28   | 17      | 51:28   |
| Bispingen      | 8.90  | 58:28   | 6:34   | 5         | 16:26   | 30      | 16:26   | 42.40  | 4:07:16  | 5:49  | 6       | 1:49:56 | 20      | 1:49:56 |
| Overhaverbeck  | 10.80 | 1:19:21 | 7:20   | 5         | 23:49   | 29      | 25:41   | 53.20  | 5:26:37  | 6:08  | 6       | 1:12:15 | 21      | 1:12:15 |
| Undeloh        | 6.90  | 55:00   | 7:58   | 4         | 12:23   | 29      | 20:24   | 60.10  | 6:21:37  | 6:20  | 7       | 1:24:38 | 26      | 1:24:38 |
| Egestorf       | 9.20  | 1:20:45 | 8:46   | 3         | 20:54   | 31      | 31:09   | 69.30  | 7:42:22  | 6:40  | 4       | 1:45:32 | 22      | 1:50:13 |
| Salzhausen     | 10.70 | 1:40:31 | 9:23   | 7         | 27:48   | 41      | 43:04   | 80.00  | 9:22:53  | 7:02  | 4       | 2:07:11 | 25      | 2:30:38 |
| Südergellersen | 10.90 | 1:51:07 | 10:11  | 6         | 38:00   | 51      | 46:56   | 90.90  | 11:14:00 | 7:24  | 5       | 2:25:52 | 28      | 3:17:34 |
| Sülzwiesen     | 9.10  | 1:37:44 | 10:44  | 6         | 40:28   | 54      | 51:29   | 100.00 | 12:51:44 | 7:43  | 5       | 2:55:23 | 30      | 4:09:03 |