



1. Lüneburger Heide-Staffellauf / Ultra-Marathon

Lüneburg / 16.06.2018

Exploitation détaillée

VfL Vital

Dossard: 207

Circuit: 100.00 km

Lüneburger Heide Lauf

Catégorie:

Staffel

Temps total: 9:10:24

Vitesse: 10.90 km/h

Kilométrage: 5:30 min/km

Place par parcours: 11 (de 76)

Meilleur temps dans le parcours: 8:08:42

Place par catégorie: 11(de 76)

Meilleur temps dans la catégorie: 8:08:42

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Etape		Etape		Place		Retard		Place		Retard		Total		Total		Total		Place		Retard	
	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Total	Total	Total	Total	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Total	Total	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Total	Total	
Südergellersen	10.40	53:40	5:09	17	14:12	17	14:12	10.40	53:40	5:09	17	14:12	17	14:12	10.40	53:40	5:09	17	14:12	17	14:12	17	14:12	
Amelinghausen	13.60	1:02:17	4:34	7	5:03	7	5:03	24.00	1:55:57	4:49	9	14:34	9	14:34	24.00	1:55:57	4:49	9	14:34	9	14:34	9	14:34	
Schwindebeck	8.30	46:49	5:38	20	9:57	20	9:57	32.30	2:42:46	5:02	7	12:14	7	12:14	32.30	2:42:46	5:02	7	12:14	7	12:14	7	12:14	
Bispingen	9.60	1:01:08	6:22	50	15:52	50	15:52	41.90	3:43:54	5:20	13	24:18	13	24:18	41.90	3:43:54	5:20	13	24:18	13	24:18	13	24:18	
Overhaverbeck	10.80	1:02:35	5:47	42	17:01	42	17:01	52.70	4:46:29	5:26	15	31:08	15	31:08	52.70	4:46:29	5:26	15	31:08	15	31:08	15	31:08	
Undeloh	6.90	39:30	5:43	22	10:48	22	10:48	59.60	5:25:59	5:28	13	31:31	13	31:31	59.60	5:25:59	5:28	13	31:31	13	31:31	13	31:31	
Egestorf	9.20	54:55	5:58	38	13:30	38	13:30	68.80	6:20:54	5:32	15	34:09	15	34:09	68.80	6:20:54	5:32	15	34:09	15	34:09	15	34:09	
Salzhausen	10.60	57:36	5:26	29	15:35	29	15:35	79.40	7:18:30	5:31	17	41:55	17	41:55	79.40	7:18:30	5:31	17	41:55	17	41:55	17	41:55	
Südergellersen	10.90	1:03:25	5:49	46	18:06	46	18:06	90.30	8:21:55	5:33	16	1:00:01	16	1:00:01	90.30	8:21:55	5:33	16	1:00:01	16	1:00:01	16	1:00:01	
Sülzwiesen	9.70	48:29	4:59	17	4:35	17	4:35	100.00	9:10:24	5:30	11	1:01:42	11	1:01:42	100.00	9:10:24	5:30	11	1:01:42	11	1:01:42	11	1:01:42	