



## 2. Lüneburger Heidelauf

Lüneburg / 15.06.2019

### Exploitation détaillée

BSG Ausdauersport Rheinmetall Unterlüß Temps total: 7:33:01

Dossard: 306

Vitesse: 13.24 km/h  
Kilométrage: 4:32 min/km

Circuit: 100.00 km  
Lüneburger Heide Lauf

Place par parcours: 3 (de 83)  
Meilleur temps dans le parcours: 7:28:54

Catégorie:  
5-10er Staffel

Place par catégorie: 3(de 82)  
Meilleur temps dans la catégorie: 7:28:54

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

| Poste          | Etape |       | Place | Retard | Etape  |       | Place | Retard | Total   |       | Place | Retard | Total |       |
|----------------|-------|-------|-------|--------|--------|-------|-------|--------|---------|-------|-------|--------|-------|-------|
|                | km    | Temps |       |        | min/km | catg. |       |        | Total   | Total |       |        | km    | Temps |
| Südergellersen | 10.30 | 46:25 | 4:30  | 10     | 6:28   | 10    | 6:28  | 10.30  | 46:25   | 4:30  | 10    | 6:28   | 10    | 6:28  |
| Amelinghausen  | 13.80 | 58:43 | 4:15  | 4      | 5:58   | 4     | 5:58  | 24.10  | 1:45:08 | 4:21  | 2     | 6:39   | 2     | 6:39  |
| Schwindebeck   | 9.40  | 41:48 | 4:26  | 2      | 4:28   | 2     | 4:28  | 33.50  | 2:26:56 | 4:23  | 3     | 2:40   | 3     | 2:40  |
| Bispingen      | 8.90  | 41:52 | 4:42  | 9      | 5:30   | 9     | 5:30  | 42.40  | 3:08:48 | 4:27  | 2     | 3:00   | 2     | 3:00  |
| Overhaverbeck  | 10.80 | 51:16 | 4:44  | 10     | 6:21   | 10    | 6:21  | 53.20  | 4:00:04 | 4:30  | 2     | 9:21   | 2     | 9:21  |
| Undeloh        | 6.90  | 31:33 | 4:34  | 7      | 3:31   | 7     | 3:31  | 60.10  | 4:31:37 | 4:31  | 2     | 7:14   | 2     | 7:14  |
| Egestorf       | 9.20  | 41:58 | 4:33  | 4      | 3:44   | 4     | 3:44  | 69.30  | 5:13:35 | 4:31  | 2     | 0:44   | 2     | 0:44  |
| Salzhausen     | 10.70 | 45:29 | 4:15  | 2      | 3:53   | 2     | 3:53  | 80.00  | 5:59:04 | 4:29  | 1     | -      | 1     | -     |
| Südergellersen | 10.90 | 52:01 | 4:46  | 10     | 7:21   | 10    | 7:21  | 90.90  | 6:51:05 | 4:31  | 1     | -      | 1     | -     |
| Sülzwiesen     | 9.10  | 41:56 | 4:36  | 11     | 5:49   | 11    | 5:49  | 100.00 | 7:33:01 | 4:31  | 3     | 4:07   | 3     | 4:07  |