



2. Lüneburger Heidelauf

Lüneburg / 15.06.2019

Exploitation détaillée

Kahrs, Tobias

Association: Lunge
Dossard: 41

Circuit: 100.00 km
Ultra-Marathon

Catégorie:
Senioren M35 (35-39 Jahre)

Temps total: 9:39:17

Vitesse: 10.36 km/h
Kilométrage: 5:47 min/km

Place par parcours/Total: 4 (de 92)
Place par parcours/Hommes: 4 (de 69)
Meilleur temps dans le parcours: 8:30:22

Place par catégorie: 1(de 5)
Meilleur temps dans la catégorie: 9:39:17

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Résultats d'étape		Total km	Total		Place catg.	Retard catg.	Place Hommes	Retard Hommes
	km	Temps				Place	Retard		Total	Temps				
Südergellersen	10.30	1:00:19	5:51	2	1:19	22	4:54	10.30	1:00:19	5:51	2	1:19	22	4:54
Amelinghausen	13.80	1:16:10	5:31	1	-	12	14:54	24.10	2:16:29	5:39	2	0:07	19	13:03
Schwindebeck	9.40	51:06	5:26	1	-	7	8:01	33.50	3:07:35	5:35	1	-	9	16:10
Bispingen	8.90	47:42	5:21	1	-	5	6:49	42.40	3:55:17	5:32	1	-	7	22:26
Overhaverbeck	10.80	1:02:15	5:45	1	-	5	12:06	53.20	4:57:32	5:35	1	-	5	34:32
Undeloh	6.90	42:27	6:09	1	-	10	9:09	60.10	5:39:59	5:39	1	-	5	43:41
Egestorf	9.20	55:26	6:01	1	-	5	7:39	69.30	6:35:25	5:42	1	-	5	51:20
Salzhausen	10.70	1:04:55	6:04	1	-	6	7:35	80.00	7:40:20	5:45	1	-	5	56:53
Südergellersen	10.90	1:05:42	6:01	1	-	4	7:01	90.90	8:46:02	5:47	1	-	5	1:00:00
Sülzwiesen	9.10	53:15	5:51	1	-	4	8:55	100.00	9:39:17	5:47	1	-	4	1:08:55