



2. Lüneburger Heidelauf

Lüneburg / 15.06.2019

Exploitation détaillée

Radü, Niklas

Association: Triabolos Hamburg e.V.
Dossard: 82

Circuit: 100.00 km
Ultra-Marathon

Catégorie:
Senioren M30 (30-34 Jahre)

Temps total: 11:38:43

Vitesse: 8.59 km/h
Kilométrage: 6:59 min/km

Place par parcours/Total: 31 (de 92)
Place par parcours/Hommes: 24 (de 69)
Meilleur temps dans le parcours: 8:30:22

Place par catégorie: 4(de 5)
Meilleur temps dans la catégorie: 9:11:35

Poste	Temps intermédiaires							Résultats d'étape				Résultat total			
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Hommes	
Südergellersen	10.30	1:06:40	6:28	5	10:50	50	11:15	10.30	1:06:40	6:28	5	10:50	50	11:15	
Amelinghausen	13.80	1:08:11	4:56	2	0:35	6	6:55	24.10	2:14:51	5:35	2	11:25	8	11:25	
Schwindebeck	9.40	49:49	5:17	1	-	5	6:44	33.50	3:04:40	5:30	2	11:24	7	13:15	
Bispingen	8.90	54:40	6:08	2	8:54	20	13:47	42.40	3:59:20	5:38	2	20:18	8	26:29	
Overhaverbeck	10.80	1:18:11	7:14	4	18:37	30	28:02	53.20	5:17:31	5:58	2	38:55	17	54:31	
Undeloh	6.90	48:55	7:05	4	10:22	22	15:37	60.10	6:06:26	6:05	2	49:17	14	1:10:08	
Egestorf	9.20	1:08:10	7:24	4	10:57	21	20:23	69.30	7:14:36	6:16	2	1:00:14	16	1:30:31	
Salzhausen	10.70	1:21:41	7:38	3	20:13	21	24:21	80.00	8:36:17	6:27	2	1:20:27	16	1:52:50	
Südergellersen	10.90	1:42:00	9:21	4	37:03	42	43:19	90.90	10:18:17	6:48	4	1:57:30	21	2:32:15	
Sülzwiesen	9.10	1:20:26	8:50	4	29:38	43	36:06	100.00	11:38:43	6:59	4	2:27:08	24	3:08:21	