



2. Lüneburger Heidelauf

Lüneburg / 15.06.2019

Exploitation détaillée

Tesch, Thomas

Association: Open Sports Hamburg
Dossard: 109

Circuit: 100.00 km
Ultra-Marathon

Catégorie:
Senioren M60 (60-64 Jahre)

Temps total: 11:45:48

Vitesse: 8.50 km/h
Kilométrage: 7:04 min/km

Place par parcours/Total: 32 (de 92)
Place par parcours/Hommes: 25 (de 69)
Meilleur temps dans le parcours: 8:30:22

Place par catégorie: 1(de 6)
Meilleur temps dans la catégorie: 11:45:48

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	59:03	5:43	1	-	12	3:38	10.30	59:03	5:43	1	-	12	3:38	
Amelinghausen	13.80	1:20:10	5:48	1	-	26	18:54	24.10	2:19:13	5:46	1	-	25	15:47	
Schwindebeck	9.40	56:37	6:01	1	-	22	13:32	33.50	3:15:50	5:50	1	-	23	24:25	
Bispingen	8.90	54:05	6:04	1	-	16	13:12	42.40	4:09:55	5:53	1	-	19	37:04	
Overhaverbeck	10.80	1:15:22	6:58	1	-	25	25:13	53.20	5:25:17	6:06	1	-	22	1:02:17	
Undeloh	6.90	55:28	8:02	4	3:25	36	22:10	60.10	6:20:45	6:20	1	-	21	1:24:27	
Egestorf	9.20	1:13:17	7:57	4	3:54	33	25:30	69.30	7:34:02	6:33	1	-	25	1:49:57	
Salzhausen	10.70	1:18:54	7:22	1	-	19	21:34	80.00	8:52:56	6:39	1	-	24	2:09:29	
Südergellersen	10.90	1:43:12	9:28	4	11:29	45	44:31	90.90	10:36:08	6:59	1	-	26	2:50:06	
Sülzwiesen	9.10	1:09:40	7:39	3	2:41	29	25:20	100.00	11:45:48	7:03	1	-	25	3:15:26	