



2. Lüneburger Heidelauf Lüneburg / 15.06.2019

Exploitation détaillée

Balzk, Harald

Association: 0

Dossard: 3

Circuit: 100.00 km

Ultra-Marathon

Catégorie:

Senioren M60 (60-64 Jahre)

Temps total: 12:29:45

Vitesse: 8.00 km/h

Kilométrage: 7:30 min/km

Place par parcours/Total: 45 (de 92)

Place par parcours/Hommes: 35 (de 69)

Meilleur temps dans le parcours: 8:30:22

Place par catégorie: 4(de 6)

Meilleur temps dans la catégorie: 11:45:48

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Résultats d'étape							Résultat total						
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm
Südergellersen	10.30	1:07:40	6:34	5	8:37	53	12:15	10.30	1:07:40	6:34	5	8:37	53	12:15
Amelinghausen	13.80	1:33:49	6:47	5	13:39	47	32:33	24.10	2:41:29	6:42	5	22:16	48	38:03
Schwindebeck	9.40	1:04:55	6:54	4	8:18	39	21:50	33.50	3:46:24	6:45	5	30:34	48	54:59
Bispingen	8.90	1:06:19	7:27	3	12:14	43	25:26	42.40	4:52:43	6:54	4	42:48	45	1:19:52
Overhaverbeck	10.80	1:26:00	7:57	3	10:38	40	35:51	53.20	6:18:43	7:07	5	53:26	47	1:55:43
Undeloh	6.90	53:27	7:44	2	1:24	32	20:09	60.10	7:12:10	7:11	4	51:25	44	2:15:52
Egestorf	9.20	1:11:20	7:45	3	1:57	29	23:33	69.30	8:23:30	7:15	4	49:28	42	2:39:25
Salzhausen	10.70	1:27:00	8:07	3	8:06	31	29:40	80.00	9:50:30	7:22	4	57:34	39	3:07:03
Südergellersen	10.90	1:32:04	8:26	2	0:21	28	33:23	90.90	11:22:34	7:30	4	46:26	36	3:36:32
Sülzwiesen	9.10	1:07:11	7:22	2	0:12	22	22:51	100.00	12:29:45	7:29	4	43:57	35	3:59:23