



## 2. Lüneburger Heidelauf

Lüneburg / 15.06.2019

### Exploitation détaillée

Gersbeck, Ingo

Association: Berlin Runners  
Dossard: 22

Circuit: 100.00 km  
Ultra-Marathon

Catégorie:  
Senioren M55 (55-59 Jahre)

Temps total: 13:57:39

Vitesse: 7.16 km/h  
Kilométrage: 8:23 min/km

Place par parcours/Total: 60 (de 92)  
Place par parcours/Hommes: 47 (de 69)  
Meilleur temps dans le parcours: 8:30:22

Place par catégorie: 6(de 8)  
Meilleur temps dans la catégorie: 10:36:50

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Etape			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	1:08:55	6:41	7	12:58	56	13:30	10.30	1:08:55	6:41	7	12:58	56	13:30
Amelinghausen	13.80	1:33:50	6:47	6	21:25	48	32:34	24.10	2:42:45	6:45	6	27:31	49	39:19
Schwindebeck	9.40	1:11:37	7:37	5	17:53	48	28:32	33.50	3:54:22	6:59	6	43:49	54	1:02:57
Bispingen	8.90	1:17:24	8:41	7	27:01	60	36:31	42.40	5:11:46	7:21	6	1:10:50	53	1:38:55
Overhaverbeck	10.80	1:42:13	9:27	8	50:31	62	52:04	53.20	6:53:59	7:46	7	1:52:25	57	2:30:59
Undeloh	6.90	1:01:03	8:50	6	19:34	51	27:45	60.10	7:55:02	7:54	6	2:08:34	57	2:58:44
Egestorf	9.20	1:25:20	9:16	6	24:37	49	37:33	69.30	9:20:22	8:05	6	2:33:11	55	3:36:17
Salzhausen	10.70	1:36:08	8:59	5	22:16	42	38:48	80.00	10:56:30	8:12	6	2:50:55	52	4:13:03
Südergellersen	10.90	1:42:34	9:24	5	20:19	43	43:53	90.90	12:39:04	8:21	6	3:09:16	49	4:53:02
Sülzwiesen	9.10	1:18:35	8:38	6	12:36	39	34:15	100.00	13:57:39	8:22	6	3:20:49	47	5:27:17