



3. Lüneburger Heide Staffellauf und Ultra-Marathon Lüneburg / 18.06.2022

Exploitation détaillée

Laufkäufer Aßmanns

Dossard: 301

Circuit: 100.00 km

5-10er-Staffel

Catégorie:

5-10er Staffel

Temps total: 9:22:47

Vitesse: 10.66 km/h

Kilométrage: 05:37 min/km

Place par parcours/Total: 8 (de 32)

Place par parcours/Total: 7 (de 32)

Meilleur temps dans le parcours: 7:05:57

Place par catégorie: 7(de 32)

Meilleur temps dans la catégorie: 7:05:57

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Etape		Etape		Place		Retard		Place		Retard		Total		Total		Total		Place		Retard		Place		Retard		
	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Total	Total	Total	Total	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Total	Total	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Total	Total	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Total
Südergellersen	10.30	55:57	5:25	13	17:48	13	17:48	10.30	55:57	5:25	13	17:48	13	17:48	10.30	55:57	5:25	13	17:48	13	17:48	13	17:48	13	17:48	13	17:48	13	17:48
Amelinghausen	13.80	1:03:58	4:38	3	12:54	3	12:54	24.10	1:59:55	4:58	7	54:35	7	54:35	24.10	1:59:55	4:58	7	54:35	7	54:35	7	54:35	7	54:35	7	54:35	7	54:35
Schwindebeck	9.40	43:50	4:39	3	7:10	3	7:10	33.50	2:43:45	4:53	4	37:52	4	37:52	33.50	2:43:45	4:53	4	37:52	4	37:52	4	37:52	4	37:52	4	37:52	4	37:52
Bispingen	8.90	47:51	5:22	7	8:23	7	8:23	42.40	3:31:36	4:59	5	41:27	5	41:27	42.40	3:31:36	4:59	5	41:27	5	41:27	5	41:27	5	41:27	5	41:27	5	41:27
Overhaverbeck	10.80	1:14:40	6:54	26	27:49	26	27:49	53.20	4:46:16	5:22	8	1:09:16	8	1:09:16	53.20	4:46:16	5:22	8	1:09:16	8	1:09:16	8	1:09:16	8	1:09:16	8	1:09:16	8	1:09:16
Undeloh	6.90	43:14	6:15	17	13:33	17	13:33	60.10	5:29:30	5:28	11	1:22:34	11	1:22:34	60.10	5:29:30	5:28	11	1:22:34	11	1:22:34	11	1:22:34	11	1:22:34	11	1:22:34	11	1:22:34
Egestorf	9.20	51:37	5:36	6	11:38	6	11:38	69.30	6:21:07	5:29	9	1:34:12	9	1:34:12	69.30	6:21:07	5:29	9	1:34:12	9	1:34:12	9	1:34:12	9	1:34:12	9	1:34:12	9	1:34:12
Salzhausen	10.70	1:07:40	6:19	22	27:59	22	27:59	80.00	7:28:47	5:36	12	2:02:11	12	2:02:11	80.00	7:28:47	5:36	12	2:02:11	12	2:02:11	12	2:02:11	12	2:02:11	12	2:02:11	12	2:02:11
Südergellersen	10.90	57:26	5:16	6	8:32	6	8:32	90.90	8:26:13	5:34	8	2:05:27	8	2:05:27	90.90	8:26:13	5:34	8	2:05:27	8	2:05:27	8	2:05:27	8	2:05:27	8	2:05:27	8	2:05:27
Sülzwiesen	9.10	56:34	6:12	20	16:36	20	16:36	100.00	9:22:47	5:37	7	2:16:50	7	2:16:50	100.00	9:22:47	5:37	7	2:16:50	7	2:16:50	7	2:16:50	7	2:16:50	7	2:16:50	7	2:16:50