



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

Exploitation détaillée

Spiekermann Tanja

Association: SV Werder Bremen
Dossard: 125

Circuit: 100.00 km
Ultra-Marathon

Catégorie:
Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

Temps total: 10:03:49

Vitesse: 9.94 km/h
Kilométrage: 06:02 min/km

Place par parcours/Total: 8 (de 102)
Place par parcours/Femmes: 1 (de 16)
Meilleur temps dans le parcours: 8:42:41

Place par catégorie: 1(de 5)
Meilleur temps dans la catégorie: 10:03:49

Poste	Temps intermédiaires							Résultats d'étape							Résultat total			
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Femme	Retard Femmes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Femme	Retard Femmes				
Südergellersen	10.30	51:01	4:57	1	-	1	-	10.30	51:01	4:57	1	-	1	-				
Amelinghausen	13.80	1:10:13	5:05	1	-	1	-	24.10	2:01:14	5:01	1	-	1	-				
Schwindebeck	9.40	51:40	5:29	1	-	1	-	33.50	2:52:54	5:09	1	-	1	-				
Bispingen	8.90	51:37	5:47	1	-	1	-	42.40	3:44:31	5:17	1	-	1	-				
Overhaverbeck	10.80	1:11:56	6:39	1	-	2	5:54	53.20	4:56:27	5:34	1	-	1	-				
Undeloh	6.90	45:59	6:39	1	-	2	4:49	60.10	5:42:26	5:41	1	-	1	-				
Egestorf	9.20	1:00:25	6:34	1	-	1	-	69.30	6:42:51	5:48	1	-	1	-				
Salzhausen	10.70	1:07:27	6:18	1	-	1	-	80.00	7:50:18	5:52	1	-	1	-				
Südergellersen	10.90	1:16:30	7:01	1	-	1	-	90.90	9:06:48	6:00	1	-	1	-				
Sülzwiesen	9.10	57:01	6:15	1	-	1	-	100.00	10:03:49	6:02	1	-	1	-				