



1. Lüneburger Heide-Staffellauf / Ultra-Marathon

Lüneburg / 16.06.2018

Detailauswertung

Frischmuth, Matthias

Verein: Sport AS Lüneburg

Startnummer: 1

Strecke: 100,00 km

Ultra-Marathon

Kategorie:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

Gesamt-Zeit: 9:54:12

Geschwindigkeit: 10,10 km/h

Laufleistung: 5:56 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 5 (von 59)

Strecken-Platzierung/Männer: 5 (von 50)

Bestzeit der Strecke: 8:22:31

Kategorie-Platzierung: 4(von 21)

Bestzeit in der Kategorie: 8:22:31

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt			Platz Rückst.			
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer
Südergellersen	10,40	54:21	5:13	4	6:00	6	6:00	10,40	54:21	5:13	4	6:00	6	6:00
Amelinghausen	13,60	1:10:28	5:10	2	6:10	4	6:10	24,00	2:04:49	5:12	2	12:10	4	12:10
Schwindebeck	8,30	42:02	5:03	3	3:59	4	3:59	32,30	2:46:51	5:09	3	16:09	5	16:09
Bispingen	9,60	50:25	5:15	3	5:33	4	5:34	41,90	3:37:16	5:11	3	21:42	5	21:42
Overhaverbeck	10,80	1:00:31	5:36	3	9:00	4	9:00	52,70	4:37:47	5:16	3	30:42	4	30:42
Undeloh	6,90	47:06	6:49	7	12:48	13	12:48	59,60	5:24:53	5:27	3	43:30	4	43:30
Egestorf	9,20	1:01:22	6:40	4	15:04	7	15:04	68,80	6:26:15	5:36	3	58:34	4	58:34
Salzhausen	10,60	1:08:24	6:27	4	11:54	5	11:54	79,40	7:34:39	5:43	3	1:10:28	4	1:10:28
Südergellersen	10,90	1:21:06	7:26	9	14:43	12	14:43	90,30	8:55:45	5:55	4	1:25:11	5	1:25:11
Sülzwiesen	9,70	58:27	6:01	3	6:30	4	6:37	100,00	9:54:12	5:56	4	1:31:41	5	1:31:41