



1. Lüneburger Heide-Staffellauf / Ultra-Marathon

Lüneburg / 16.06.2018

Detailauswertung

Witte, Lars

Verein: VfR Wilsche-Neubokel
Startnummer: 43

Strecke: 100,00 km
Ultra-Marathon

Kategorie:
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 11:08:23

Geschwindigkeit: 8,98 km/h
Laufleistung: 6:41 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 15 (von 59)
Strecken-Platzierung/Männer: 13 (von 50)
Bestzeit der Strecke: 8:22:31

Kategorie-Platzierung: 2(von 6)
Bestzeit in der Kategorie: 10:20:59

Kontrolle	Teilstreckenwertung							Gesamtwertung						
	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer
Südergellersen	10,40	59:36	5:43	2	2:55	15	11:15	10,40	59:36	5:43	2	2:55	15	11:15
Amelinghausen	13,60	1:23:06	6:06	3	4:00	23	18:48	24,00	2:22:42	5:56	2	2:39	19	30:03
Schwindebeck	8,30	50:30	6:05	3	4:23	23	12:27	32,30	3:13:12	5:58	3	7:02	20	42:30
Bispingen	9,60	56:41	5:54	2	1:36	10	11:50	41,90	4:09:53	5:57	2	8:38	16	54:19
Overhaverbeck	10,80	1:08:06	6:18	2	4:09	11	16:35	52,70	5:17:59	6:02	2	12:47	13	1:10:54
Undeloh	6,90	45:25	6:34	2	3:38	9	11:07	59,60	6:03:24	6:05	2	16:25	9	1:22:01
Egestorf	9,20	1:11:15	7:44	3	10:35	19	24:57	68,80	7:14:39	6:19	2	27:00	14	1:46:58
Salzhausen	10,60	1:10:48	6:40	1	-	7	14:18	79,40	8:25:27	6:21	2	23:53	10	2:01:16
Südergellersen	10,90	1:28:12	8:05	2	13:08	16	21:49	90,30	9:53:39	6:34	2	37:01	12	2:23:05
Sülzwiesen	9,70	1:14:44	7:42	2	10:23	15	22:54	100,00	11:08:23	6:41	2	47:24	13	2:45:52