



1. Lüneburger Heide-Staffellauf / Ultra-Marathon

Lüneburg / 16.06.2018

Detailauswertung

Giese-Menge, Carsten

Verein: Borener SV

Startnummer: 45

Strecke: 100,00 km

Ultra-Marathon

Kategorie:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

Gesamt-Zeit: 11:47:44

Geschwindigkeit: 8,48 km/h

Laufleistung: 7:05 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 22 (von 59)

Strecken-Platzierung/Männer: 18 (von 50)

Bestzeit der Strecke: 8:22:31

Kategorie-Platzierung: 5(von 12)

Bestzeit in der Kategorie: 8:22:31

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	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	1:01:25	5:54	7	13:04	24	13:04	10,40	1:01:25	5:54	7	13:04	24	13:04
Amelinghausen	13,60	1:20:33	5:55	4	16:15	14	16:15	24,00	2:21:58	5:54	5	29:19	16	29:19
Schwindebeck	8,30	48:10	5:48	3	10:06	11	10:07	32,30	3:10:08	5:53	4	39:25	14	39:26
Bispingen	9,60	54:42	5:41	2	9:51	6	9:51	41,90	4:04:50	5:50	4	49:16	13	49:16
Overhaverbeck	10,80	1:09:47	6:27	4	18:16	14	18:16	52,70	5:14:37	5:58	3	1:07:32	10	1:07:32
Undeloh	6,90	51:49	7:30	7	17:31	19	17:31	59,60	6:06:26	6:08	3	1:25:03	11	1:25:03
Egestorf	9,20	1:01:47	6:42	4	15:29	9	15:29	68,80	7:08:13	6:13	3	1:40:32	10	1:40:32
Salzhausen	10,60	1:29:54	8:28	6	33:23	22	33:24	79,40	8:38:07	6:31	4	2:13:55	14	2:13:56
Südergellersen	10,90	1:43:50	9:31	9	37:21	29	37:27	90,30	10:21:57	6:53	4	2:51:16	17	2:51:23
Sülzwiesen	9,70	1:25:47	8:50	8	33:57	26	33:57	100,00	11:47:44	7:04	5	3:25:13	18	3:25:13