



1. Lüneburger Heide-Staffellauf / Ultra-Marathon

Lüneburg / 16.06.2018

Detailauswertung

Riedel, Roland

Verein: LG Westerwald
Startnummer: 3

Strecke: 100,00 km
Ultra-Marathon

Kategorie:
Senioren M55 (55-59 Jahre)

Gesamt-Zeit: 12:39:30

Geschwindigkeit: 7,90 km/h
Laufleistung: 7:36 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 29 (von 59)
Strecken-Platzierung/Männer: 25 (von 50)
Bestzeit der Strecke: 8:22:31

Kategorie-Platzierung: 2(von 2)
Bestzeit in der Kategorie: 11:28:28

Kontrolle	Zwischenzeiten								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	1:15:44	7:16	2	16:27	48	27:23	10,40	1:15:44	7:16	2	16:27	48	27:23						
Amelinghausen	13,60	1:38:29	7:14	2	16:47	45	34:11	24,00	2:54:13	7:15	2	33:14	47	1:01:34						
Schwindebeck	8,30	59:05	7:07	2	8:48	39	21:02	32,30	3:53:18	7:13	2	42:02	43	1:22:36						
Bispingen	9,60	1:07:00	6:58	2	4:24	34	22:09	41,90	5:00:18	7:10	2	46:26	40	1:44:44						
Overhaverbeck	10,80	1:16:54	7:07	1	-	20	25:23	52,70	6:17:12	7:09	2	45:47	38	2:10:07						
Undeloh	6,90	54:27	7:53	2	3:37	25	20:09	59,60	7:11:39	7:14	2	49:24	35	2:30:16						
Egestorf	9,20	1:16:51	8:21	2	6:49	28	30:33	68,80	8:28:30	7:23	2	56:13	34	3:00:49						
Salzhausen	10,60	1:28:40	8:21	2	9:42	21	32:10	79,40	9:57:10	7:31	2	1:05:55	33	3:32:59						
Südergellersen	10,90	1:28:01	8:04	2	2:24	15	21:38	90,30	11:25:11	7:35	2	1:08:19	25	3:54:37						
Sülzwiesen	9,70	1:14:19	7:39	2	2:43	14	22:29	100,00	12:39:30	7:35	2	1:11:02	25	4:16:59						