



1. Lüneburger Heide-Staffellauf / Ultra-Marathon

Lüneburg / 16.06.2018

Detailauswertung

Nagel, Heinz

Verein: run4me
Startnummer: 29

Strecke: 100,00 km
Ultra-Marathon

Kategorie:
Senioren M60 (60-64 Jahre)

Gesamt-Zeit: 13:55:27

Geschwindigkeit: 7,18 km/h
Laufleistung: 8:21 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 38 (von 59)
Strecken-Platzierung/Männer: 33 (von 50)
Bestzeit der Strecke: 8:22:31

Kategorie-Platzierung: 3(von 5)
Bestzeit in der Kategorie: 12:29:41

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	1:06:20	6:22	4	4:59	37	17:59	10,40	1:06:20	6:22	4	4:59	37	17:59		
Amelinghausen	13,60	1:34:44	6:57	4	14:07	40	30:26	24,00	2:41:04	6:42	4	19:06	39	48:25		
Schwindebeck	8,30	1:00:16	7:15	4	12:05	41	22:13	32,30	3:41:20	6:51	4	31:11	38	1:10:38		
Bispingen	9,60	1:17:59	8:07	4	17:47	40	33:08	41,90	4:59:19	7:08	4	48:58	39	1:43:45		
Overhaverbeck	10,80	1:38:41	9:08	4	20:52	38	47:10	52,70	6:38:00	7:33	4	54:52	39	2:30:55		
Undeloh	6,90	1:03:49	9:14	2	9:19	34	29:31	59,60	7:41:49	7:44	3	1:04:11	36	3:00:26		
Egestorf	9,20	1:20:13	8:43	3	7:44	32	33:55	68,80	9:02:02	7:52	3	1:11:55	35	3:34:21		
Salzhausen	10,60	1:43:33	9:46	3	11:17	34	47:03	79,40	10:45:35	8:07	3	1:21:36	34	4:21:24		
Südergellersen	10,90	1:53:12	10:23	3	10:31	33	46:49	90,30	12:38:47	8:24	3	1:32:07	33	5:08:13		
Sülzwiesen	9,70	1:16:40	7:54	1	-	19	24:50	100,00	13:55:27	8:21	3	1:25:46	33	5:32:56		