



2. Lüneburger Heide Lauf  
Lüneburg / 15.06.2019

Detailauswertung

Nordmark

Startnummer: 358

Strecke: 100,00 km  
Lüneburger Heide Lauf

Kategorie:  
5-10er Staffel

Gesamt-Zeit: 8:44:53

Geschwindigkeit: 11,43 km/h  
Laufleistung: 5:15 min/km

Strecken-Platzierung: 14 (von 83)

Bestzeit der Strecke: 7:28:54

Kategorie-Platzierung: 14(von 82)

Bestzeit in der Kategorie: 7:28:54

Kontrolle	Zwischenzeiten								Teilstreckenwertung				Gesamtwertung			
	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Gesam	Rückst. Gesamt	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Gesam	Rückst. Gesamt		
Südergellersen	10,30	52:37	5:06	26	12:40	26	12:40	10,30	52:37	5:06	26	12:40	26	12:40		
Amelinghausen	13,80	1:13:55	5:21	39	21:10	40	21:10	24,10	2:06:32	5:15	30	28:03	31	28:03		
Schwindebeck	9,40	52:40	5:36	28	15:20	29	15:20	33,50	2:59:12	5:20	30	34:56	31	34:56		
Bispingen	8,90	52:20	5:52	43	15:58	44	15:58	42,40	3:51:32	5:27	37	45:44	38	45:44		
Overhaverbeck	10,80	57:23	5:18	28	12:28	28	12:28	53,20	4:48:55	5:25	30	58:12	31	58:12		
Undeloh	6,90	37:39	5:27	25	9:37	25	9:37	60,10	5:26:34	5:26	28	1:02:11	29	1:02:11		
Egestorf	9,20	38:45	4:12	2	0:31	2	0:31	69,30	6:05:19	5:16	17	52:28	17	52:28		
Salzhausen	10,70	46:24	4:20	5	4:48	5	4:48	80,00	6:51:43	5:08	9	52:39	9	52:39		
Südergellersen	10,90	1:05:18	5:59	52	20:38	53	20:38	90,90	7:57:01	5:14	15	1:05:56	15	1:05:56		
Sülzwiesen	9,10	47:52	5:15	31	11:45	31	11:45	100,00	8:44:53	5:14	14	1:15:59	14	1:15:59		