



2. Lüneburger Heide Lauf Lüneburg / 15.06.2019

Detailauswertung

Malermeister C.Cramm

Startnummer: 353

Strecke: 100,00 km
Lüneburger Heide Lauf

Kategorie:
5-10er Staffel

Gesamt-Zeit: 8:54:04

Geschwindigkeit: 11,23 km/h
Laufleistung: 5:20 min/km

Strecken-Platzierung: 20 (von 83)

Bestzeit der Strecke: 7:28:54

Kategorie-Platzierung: 20(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	49:45	4:49	15	9:48	15	9:48	10,30	49:45	4:49	15	9:48	15	9:48		
Amelinghausen	13,80	1:09:23	5:01	25	16:38	26	16:38	24,10	1:59:08	4:56	16	20:39	16	20:39		
Schwindebeck	9,40	47:52	5:05	13	10:32	13	10:32	33,50	2:47:00	4:59	15	22:44	15	22:44		
Bispingen	8,90	1:01:01	6:51	67	24:39	68	24:39	42,40	3:48:01	5:22	29	42:13	30	42:13		
Overhaverbeck	10,80	51:47	4:47	11	6:52	11	6:52	53,20	4:39:48	5:15	18	49:05	19	49:05		
Undeloh	6,90	37:54	5:29	26	9:52	26	9:52	60,10	5:17:42	5:17	18	53:19	19	53:19		
Egestorf	9,20	56:12	6:06	54	17:58	54	17:58	69,30	6:13:54	5:23	23	1:01:03	23	1:01:03		
Salzhausen	10,70	56:52	5:18	29	15:16	30	15:16	80,00	7:10:46	5:23	22	1:11:42	22	1:11:42		
Südergellersen	10,90	55:16	5:04	17	10:36	17	10:36	90,90	8:06:02	5:20	19	1:14:57	19	1:14:57		
Sülzwiesen	9,10	48:02	5:16	34	11:55	34	11:55	100,00	8:54:04	5:20	20	1:25:10	20	1:25:10		