



2. Lüneburger Heidelauf  
Lüneburg / 15.06.2019

Detailauswertung

Impuls fit & aktiv gesund

Startnummer: 331

Strecke: 100,00 km

Lüneburger Heide Lauf

Kategorie:

5-10er Staffel

Gesamt-Zeit: 9:17:40

Geschwindigkeit: 10,76 km/h

Laufleistung: 5:35 min/km

Strecken-Platzierung: 37 (von 83)

Bestzeit der Strecke: 7:28:54

Kategorie-Platzierung: 36(von 82)

Bestzeit in der Kategorie: 7:28:54

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split		Split min/km	Platz		Rückst.		Gesamt		Gesamt		Platz		Rückst.	
	km	Zeit		Kat.	Kat.	Gesam	Gesam	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Gesam	Gesam	
Südergellersen	10,30	53:37	5:12	29	13:40	29	13:40	10,30	53:37	5:12	29	13:40	29	13:40	
Amelinghausen	13,80	1:09:01	5:00	23	16:16	24	16:16	24,10	2:02:38	5:05	20	24:09	21	24:09	
Schwindebeck	9,40	48:44	5:11	15	11:24	16	11:24	33,50	2:51:22	5:06	22	27:06	23	27:06	
Bispingen	8,90	50:53	5:43	39	14:31	40	14:31	42,40	3:42:15	5:14	18	36:27	19	36:27	
Overhaverbeck	10,80	1:09:17	6:24	71	24:22	72	24:22	53,20	4:51:32	5:28	33	1:00:49	34	1:00:49	
Undeloh	6,90	46:55	6:47	59	18:53	60	18:53	60,10	5:38:27	5:37	39	1:14:04	40	1:14:04	
Egestorf	9,20	50:06	5:26	28	11:52	28	11:52	69,30	6:28:33	5:36	39	1:15:42	40	1:15:42	
Salzhausen	10,70	1:00:03	5:36	42	18:27	43	18:27	80,00	7:28:36	5:36	38	1:29:32	39	1:29:32	
Südergellersen	10,90	51:38	4:44	9	6:58	9	6:58	90,90	8:20:14	5:30	31	1:29:09	32	1:29:09	
Sülzwiesen	9,10	57:26	6:18	63	21:19	64	21:19	100,00	9:17:40	5:34	36	1:48:46	37	1:48:46	