



2. Lüneburger Heide Lauf  
Lüneburg / 15.06.2019

Detailauswertung

VfL Team

Startnummer: 383

Strecke: 100,00 km  
Lüneburger Heide Lauf

Kategorie:  
5-10er Staffel

Gesamt-Zeit: 9:21:12

Geschwindigkeit: 10,69 km/h  
Laufleistung: 5:37 min/km

Strecken-Platzierung: 39 (von 83)

Bestzeit der Strecke: 7:28:54

Kategorie-Platzierung: 38(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	56:57	5:31	41	17:00	41	17:00	10,30	56:57	5:31	41	17:00	41	17:00		
Amelinghausen	13,80	1:12:29	5:15	32	19:44	33	19:44	24,10	2:09:26	5:22	33	30:57	34	30:57		
Schwindebeck	9,40	45:55	4:53	9	8:35	9	8:35	33,50	2:55:21	5:14	25	31:05	26	31:05		
Bispingen	8,90	50:08	5:37	37	13:46	38	13:46	42,40	3:45:29	5:19	24	39:41	25	39:41		
Overhaverbeck	10,80	1:10:43	6:32	75	25:48	76	25:48	53,20	4:56:12	5:34	38	1:05:29	39	1:05:29		
Undeloh	6,90	36:44	5:19	22	8:42	22	8:42	60,10	5:32:56	5:32	31	1:08:33	32	1:08:33		
Egestorf	9,20	56:25	6:07	55	18:11	55	18:11	69,30	6:29:21	5:37	40	1:16:30	41	1:16:30		
Salzhausen	10,70	1:04:05	5:59	56	22:29	57	22:29	80,00	7:33:26	5:40	41	1:34:22	42	1:34:22		
Südergellersen	10,90	1:02:26	5:43	45	17:46	46	17:46	90,90	8:35:52	5:40	41	1:44:47	42	1:44:47		
Sülzwiesen	9,10	45:20	4:58	19	9:13	19	9:13	100,00	9:21:12	5:36	38	1:52:18	39	1:52:18		