



2. Lüneburger Heide Lauf
Lüneburg / 15.06.2019

Detailauswertung

Tri-Michels

Startnummer: 378

Strecke: 100,00 km
Lüneburger Heide Lauf

Kategorie:
5-10er Staffel

Gesamt-Zeit: 8:13:41

Geschwindigkeit: 12,15 km/h
Laufleistung: 4:56 min/km

Strecken-Platzierung: 5 (von 83)

Bestzeit der Strecke: 7:28:54

Kategorie-Platzierung: 5(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	45:22	4:24	8	5:25	8	5:25	10,30	45:22	4:24	8	5:25	8	5:25		
Amelinghausen	13,80	1:07:43	4:54	19	14:58	20	14:58	24,10	1:53:05	4:41	8	14:36	8	14:36		
Schwindebeck	9,40	52:23	5:34	26	15:03	27	15:03	33,50	2:45:28	4:56	10	21:12	10	21:12		
Bispingen	8,90	43:01	4:49	10	6:39	10	6:39	42,40	3:28:29	4:55	6	22:41	6	22:41		
Overhaverbeck	10,80	50:56	4:42	9	6:01	9	6:01	53,20	4:19:25	4:52	5	28:42	5	28:42		
Undeloh	6,90	36:30	5:17	20	8:28	20	8:28	60,10	4:55:55	4:55	7	31:32	7	31:32		
Egestorf	9,20	46:47	5:05	12	8:33	12	8:33	69,30	5:42:42	4:56	5	29:51	5	29:51		
Salzhausen	10,70	46:16	4:19	4	4:40	4	4:40	80,00	6:28:58	4:51	5	29:54	5	29:54		
Südergellersen	10,90	1:00:47	5:34	38	16:07	39	16:07	90,90	7:29:45	4:56	5	38:40	5	38:40		
Sülzwiesen	9,10	43:56	4:49	13	7:49	13	7:49	100,00	8:13:41	4:56	5	44:47	5	44:47		