



2. Lüneburger Heidelauf  
Lüneburg / 15.06.2019

Detailauswertung

Kiene, Michael

Verein: 100 Marathon Club  
Startnummer: 46

Strecke: 100,00 km  
Ultra-Marathon

Kategorie:  
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 10:16:49

Geschwindigkeit: 9,73 km/h  
Laufleistung: 6:10 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 10 (von 92)  
Strecken-Platzierung/Männer: 8 (von 69)  
Bestzeit der Strecke: 8:30:22

Kategorie-Platzierung: 4(von 20)  
Bestzeit in der Kategorie: 9:22:55

Kontrolle	Teilstreckenwertung								Gesamtwertung							
	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer		
Südergellersen	10,30	55:25	5:22	1	-	1	-	10,30	55:25	5:22	1	-	1	-		
Amelinghausen	13,80	1:16:31	5:32	7	10:17	14	15:15	24,10	2:11:56	5:28	1	-	5	8:30		
Schwindebeck	9,40	52:37	5:35	3	6:26	11	9:32	33,50	3:04:33	5:30	2	5:32	6	13:08		
Bispingen	8,90	48:38	5:27	2	2:34	6	7:45	42,40	3:53:11	5:29	2	8:06	5	20:20		
Overhaverbeck	10,80	1:06:39	6:10	3	6:49	10	16:30	53,20	4:59:50	5:38	2	14:55	6	36:50		
Undeloh	6,90	46:45	6:46	6	8:03	13	13:27	60,10	5:46:35	5:46	3	22:58	9	50:17		
Egestorf	9,20	1:03:47	6:55	6	9:25	13	16:00	69,30	6:50:22	5:55	4	32:23	10	1:06:17		
Salzhausen	10,70	1:12:49	6:48	5	11:30	12	15:29	80,00	8:03:11	6:02	3	43:53	8	1:19:44		
Südergellersen	10,90	1:14:21	6:49	3	7:22	7	15:40	90,90	9:17:32	6:08	4	51:15	9	1:31:30		
Sülzwiesen	9,10	59:17	6:30	4	2:39	9	14:57	100,00	10:16:49	6:10	4	53:54	8	1:46:27		