



## 2. Lüneburger Heidelauf Lüneburg / 15.06.2019

### Detailauswertung

**Mönch, Sabine**

Verein: Lausitzer Heideläufer  
Startnummer: 123

Strecke: 100,00 km  
Ultra-Marathon

Kategorie:  
Seniorinnen W55 (55-59 Jahre)

**Gesamt-Zeit: 10:16:49**

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

Strecken-Platzierung/Gesamt: 11 (von 92)  
Strecken-Platzierung/Frauen: 3 (von 23)  
Bestzeit der Strecke: 9:51:19

Kategorie-Platzierung: 1(von 3)  
Bestzeit in der Kategorie: 10:16:49

Kontrolle	Zwischenzeiten							Teilstreckenwertung				Gesamtwertung			
	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Frauer	Rückst. Frauen	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Frauer	Rückst. Frauen	
Südergellersen	10,30	1:07:03	6:30	1	-	13	11:13	10,30	1:07:03	6:30	1	-	13	11:13	
Amelinghausen	13,80	1:10:44	5:07	1	-	2	0:06	24,10	2:17:47	5:43	1	-	3	6:46	
Schwindebeck	9,40	51:08	5:26	1	-	2	1:31	33,50	3:08:55	5:38	1	-	3	2:33	
Bispingen	8,90	50:41	5:41	1	-	2	3:58	42,40	3:59:36	5:39	1	-	2	5:36	
Overhaverbeck	10,80	1:05:42	6:04	1	-	2	2:12	53,20	5:05:18	5:44	1	-	2	7:48	
Undeloh	6,90	44:07	6:23	1	-	4	4:04	60,10	5:49:25	5:48	1	-	2	11:52	
Egestorf	9,20	1:02:02	6:44	1	-	5	5:43	69,30	6:51:27	5:56	1	-	2	17:35	
Salzhausen	10,70	1:11:44	6:42	1	-	6	5:18	80,00	8:03:11	6:02	1	-	2	21:19	
Südergellersen	10,90	1:14:22	6:49	1	-	4	3:53	90,90	9:17:33	6:08	1	-	3	25:12	
Sülzwiesen	9,10	59:16	6:30	1	-	5	2:09	100,00	10:16:49	6:10	1	-	3	25:30	