



2. Lüneburger Heidelauf Lüneburg / 15.06.2019

Detailauswertung

Braun, Martin

Verein: Team Run and Fun
Startnummer: 10

Strecke: 100,00 km
Ultra-Marathon

Kategorie:
Senioren M30 (30-34 Jahre)

Gesamt-Zeit: 11:06:54

Geschwindigkeit: 9,00 km/h
Laufleistung: 6:40 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 21 (von 92)
Strecken-Platzierung/Männer: 14 (von 69)
Bestzeit der Strecke: 8:30:22

Kategorie-Platzierung: 3(von 5)
Bestzeit in der Kategorie: 9:11:35

| Kontrolle | Zwischenzeiten | | | | | | | 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 | 1:00:54 | 5:54 | 4 | 5:04 | 24 | 5:29 | 10,30 | 1:00:54 | 5:54 | 4 | 5:04 | 24 | 5:29 | |
| Amelinghausen | 13,80 | 1:22:15 | 5:57 | 3 | 14:39 | 29 | 20:59 | 24,10 | 2:23:09 | 5:56 | 4 | 19:43 | 29 | 19:43 | |
| Schwindebeck | 9,40 | 59:03 | 6:16 | 4 | 9:14 | 27 | 15:58 | 33,50 | 3:22:12 | 6:02 | 5 | 28:56 | 32 | 30:47 | |
| Bispingen | 8,90 | 1:01:49 | 6:56 | 4 | 16:03 | 33 | 20:56 | 42,40 | 4:24:01 | 6:13 | 5 | 44:59 | 31 | 51:10 | |
| Overhaverbeck | 10,80 | 1:12:51 | 6:44 | 2 | 13:17 | 18 | 22:42 | 53,20 | 5:36:52 | 6:19 | 4 | 58:16 | 28 | 1:13:52 | |
| Undeloh | 6,90 | 46:47 | 6:46 | 3 | 8:14 | 14 | 13:29 | 60,10 | 6:23:39 | 6:23 | 4 | 1:06:30 | 24 | 1:27:21 | |
| Egestorf | 9,20 | 1:04:24 | 7:00 | 3 | 7:11 | 14 | 16:37 | 69,30 | 7:28:03 | 6:27 | 4 | 1:13:41 | 21 | 1:43:58 | |
| Salzhausen | 10,70 | 1:12:42 | 6:47 | 2 | 11:14 | 10 | 15:22 | 80,00 | 8:40:45 | 6:30 | 4 | 1:24:55 | 19 | 1:57:18 | |
| Südergellersen | 10,90 | 1:24:03 | 7:42 | 3 | 19:06 | 15 | 25:22 | 90,90 | 10:04:48 | 6:39 | 3 | 1:44:01 | 17 | 2:18:46 | |
| Sülzwiesen | 9,10 | 1:02:06 | 6:49 | 3 | 11:18 | 13 | 17:46 | 100,00 | 11:06:54 | 6:40 | 3 | 1:55:19 | 14 | 2:36:32 | |