



2. Lüneburger Heidelauf Lüneburg / 15.06.2019

Detailauswertung

Niebel, Frank

Verein: LTV Kiel Ost
Startnummer: 71

Strecke: 100,00 km
Ultra-Marathon

Kategorie:
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 12:07:13

Geschwindigkeit: 8,25 km/h
Laufleistung: 7:16 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 40 (von 92)
Strecken-Platzierung/Männer: 30 (von 69)
Bestzeit der Strecke: 8:30:22

Kategorie-Platzierung: 11(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	1:03:21	6:09	11	7:56	33	7:56	10,30	1:03:21	6:09	11	7:56	33	7:56
Amelinghausen	13,80	1:27:14	6:19	14	21:00	37	25:58	24,10	2:30:35	6:14	13	18:39	37	27:09
Schwindebeck	9,40	1:02:58	6:41	14	16:47	36	19:53	33,50	3:33:33	6:22	16	34:32	41	42:08
Bispingen	8,90	57:49	6:29	11	11:45	24	16:56	42,40	4:31:22	6:24	14	46:17	36	58:31
Overhaverbeck	10,80	1:12:34	6:43	8	12:44	16	22:25	53,20	5:43:56	6:27	11	59:01	34	1:20:56
Undeloh	6,90	1:02:16	9:01	15	23:34	53	28:58	60,10	6:46:12	6:45	12	1:22:35	35	1:49:54
Egestorf	9,20	1:14:12	8:03	11	19:50	38	26:25	69,30	8:00:24	6:55	12	1:42:25	35	2:16:19
Salzhausen	10,70	1:22:26	7:42	8	21:07	24	25:06	80,00	9:22:50	7:02	11	2:03:32	31	2:39:23
Südergellersen	10,90	1:35:44	8:46	10	28:45	29	37:03	90,90	10:58:34	7:14	11	2:32:17	31	3:12:32
Sülzwiesen	9,10	1:08:39	7:32	8	12:01	25	24:19	100,00	12:07:13	7:16	11	2:44:18	30	3:36:51