



2. Lüneburger Heidelauf Lüneburg / 15.06.2019

Detailauswertung

Giesen, Nils

Verein: -

Startnummer: 23

Strecke: 100,00 km

Ultra-Marathon

Kategorie:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

Gesamt-Zeit: 14:08:40

Geschwindigkeit: 7,07 km/h

Laufleistung: 8:29 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 65 (von 92)

Strecken-Platzierung/Männer: 50 (von 69)

Bestzeit der Strecke: 8:30:22

Kategorie-Platzierung: 3(von 5)

Bestzeit in der Kategorie: 9:39:17

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Teilstreckenwertung				Gesamtwertung						
	km	Zeit	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	1:06:28	6:27	5	7:28	45	11:03	10,30	1:06:28	6:27	5	7:28	45	11:03
Amelinghausen	13,80	1:35:00	6:53	5	18:50	49	33:44	24,10	2:41:28	6:41	5	25:06	47	38:02
Schwindebeck	9,40	1:10:47	7:31	5	19:41	46	27:42	33,50	3:52:15	6:55	5	44:40	52	1:00:50
Bispingen	8,90	1:09:07	7:45	4	21:25	48	28:14	42,40	5:01:22	7:06	5	1:06:05	49	1:28:31
Overhaverbeck	10,80	1:35:30	8:50	4	33:15	52	45:21	53,20	6:36:52	7:27	5	1:39:20	53	2:13:52
Undeloh	6,90	1:04:26	9:20	4	21:59	58	31:08	60,10	7:41:18	7:40	5	2:01:19	53	2:45:00
Egestorf	9,20	1:29:15	9:42	4	33:49	56	41:28	69,30	9:10:33	7:56	4	2:35:08	54	3:26:28
Salzhausen	10,70	1:42:24	9:34	4	37:29	51	45:04	80,00	10:52:57	8:09	4	3:12:37	51	4:09:30
Südergellersen	10,90	1:50:36	10:08	3	44:54	53	51:55	90,90	12:43:33	8:23	3	3:57:31	51	4:57:31
Sülzwiesen	9,10	1:25:07	9:21	3	31:52	47	40:47	100,00	14:08:40	8:29	3	4:29:23	50	5:38:18