



Lüneburger
**Heide-Staffellauf
und Ultra-Marathon**

100
km

Urkunde

Ultra-Marathon

Herzig Ralf

LG TuS Weinböhla

Senioren M50 (50-54 Jahre)

Südergellersen	10.30 km	58:22
Amelinghausen	13.80 km	1:20:23
Schwindebeck	9.40 km	56:46
Bispingen	8.90 km	53:06
Overhaverbeck	10.80 km	1:05:13
Undeloh	6.90 km	40:32
Egestorf	9.20 km	57:07
Salzhausen	10.70 km	1:08:49
Südergellersen	10.90 km	1:18:48
Sülzwiesen	9.10 km	52:11

Laufzeit: 10:11:17 h

Platz Gesamt: 8

Platz Kategorie: 1