



3. Lüneburger Heide Staffellauf und Ultra-Marathon

Lüneburg / 18.06.2022

Detailauswertung

Austin Carmen

Verein: Lauftreff Geesthacht
Startnummer: 5

Strecke: 100,00 km
Ultra-Marathon

Kategorie:
Seniorinnen W55 (55-59 Jahre)

Gesamt-Zeit: 14:34:55

Geschwindigkeit: 6,86 km/h
Laufleistung: 08:45 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 60 (von 102)

Strecken-Platzierung/Frauen: 11 (von 16)

Bestzeit der Strecke: 8:42:41

Kategorie-Platzierung: 3(von 3)

Bestzeit in der Kategorie: 10:59:01

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	1:19:56	7:45	3	22:17	16	28:55	10,30	1:19:56	7:45	3	22:17	16	28:55
Amelinghausen	13,80	1:49:24	7:55	3	27:33	15	39:11	24,10	3:09:20	7:51	3	49:50	16	1:08:06
Schwindebeck	9,40	1:20:30	8:33	3	24:25	15	28:50	33,50	4:29:50	8:03	3	1:14:15	16	1:36:56
Bispingen	8,90	1:14:41	8:23	3	22:55	11	23:04	42,40	5:44:31	8:07	3	1:37:10	14	2:00:00
Overhaverbeck	10,80	1:39:27	9:12	3	33:25	13	33:25	53,20	7:23:58	8:20	3	2:10:35	14	2:27:31
Undeloh	6,90	1:05:49	9:32	3	24:39	11	24:39	60,10	8:29:47	8:28	3	2:35:14	15	2:47:21
Egestorf	9,20	1:29:15	9:42	2	25:36	8	28:50	69,30	9:59:02	8:38	3	3:00:50	14	3:16:11
Salzhausen	10,70	1:38:20	9:11	2	4:19	8	30:53	80,00	11:37:22	8:43	3	3:05:09	12	3:47:04
Südergellersen	10,90	1:38:33	9:02	2	14:32	4	22:03	90,90	13:15:55	8:45	3	3:19:41	11	4:09:07
Sülzwiesen	9,10	1:19:00	8:40	3	16:13	9	21:59	100,00	14:34:55	8:44	3	3:35:54	11	4:31:06