



### 3. Lüneburger Heide Staffellauf und Ultra-Marathon Lüneburg / 18.06.2022

#### Detailauswertung

**März Ronny**

Verein: Run4Family  
Startnummer: 80

Strecke: 100,00 km  
Ultra-Marathon

Kategorie:  
Senioren M45 (45-49 Jahre)

**Gesamt-Zeit: 14:41:43**

Geschwindigkeit: 6,80 km/h  
Laufleistung: 08:49 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 61 (von 102)  
Strecken-Platzierung/Männer: 50 (von 86)  
Bestzeit der Strecke: 8:42:41

Kategorie-Platzierung: 13(von 15)  
Bestzeit in der Kategorie: 9:44:29

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	1:11:44	6:57	14	23:23	74	23:47	10,30	1:11:44	6:57	14	23:23	74	23:47		
Amelinghausen	13,80	1:37:19	7:03	14	32:05	66	33:07	24,10	2:49:03	7:00	14	55:28	68	56:48		
Schwindebeck	9,40	1:09:58	7:26	12	24:34	58	26:04	33,50	3:59:01	7:08	14	1:20:02	66	1:41:41		
Bispingen	8,90	1:13:18	8:14	11	28:06	59	31:16	42,40	5:12:19	7:21	13	1:48:08	64	2:54:59		
Overhaverbeck	10,80	1:32:20	8:32	11	32:02	48	38:40	53,20	6:44:39	7:36	12	2:20:10	54	2:30:17		
Undeloh	6,90	1:05:38	9:30	11	22:43	48	31:02	60,10	7:50:17	7:49	12	2:38:59	55	2:53:18		
Egestorf	9,20	1:39:24	10:48	12	35:24	54	49:48	69,30	9:29:41	8:13	12	3:12:59	49	3:37:32		
Salzhausen	10,70	1:37:00	9:03	11	24:08	38	39:33	80,00	11:06:41	8:20	12	3:37:07	48	4:14:26		
Südergellersen	10,90	1:57:35	10:47	13	36:59	53	53:24	90,90	13:04:16	8:37	12	4:11:42	49	5:07:50		
Sülzwiesen	9,10	1:37:27	10:42	13	45:32	53	51:12	100,00	14:41:43	8:49	13	4:57:14	50	5:59:02		