



### 3. Lüneburger Heide Staffellauf und Ultra-Marathon

Lüneburg / 18.06.2022

#### Detailauswertung

Harmening Malte

Startnummer: 46

Strecke: 100,00 km

Ultra-Marathon

Kategorie:

Senioren M60 (60-64 Jahre)

Gesamt-Zeit: 15:37:59

Geschwindigkeit: 6,40 km/h

Laufleistung: 09:23 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 69 (von 102)

Strecken-Platzierung/Männer: 57 (von 86)

Bestzeit der Strecke: 8:42:41

Kategorie-Platzierung: 3(von 7)

Bestzeit in der Kategorie: 12:48:06

#### Zwischenzeiten

#### Teilstreckenwertung

#### Gesamtwertung

| Kontrolle      | Split |         |        | Platz Rückst. |       |        |        | Gesamt |          |        | Platz Rückst. |         |        |         |
|----------------|-------|---------|--------|---------------|-------|--------|--------|--------|----------|--------|---------------|---------|--------|---------|
|                | km    | Zeit    | min/km | Kat.          | Kat.  | Männer | Männer | km     | Zeit     | min/km | Kat.          | Kat.    | Männer | Männer  |
| Südergellersen | 10,30 | 1:16:47 | 7:27   | 7             | 16:27 | 83     | 28:50  | 10,30  | 1:16:47  | 7:27   | 7             | 16:27   | 83     | 28:50   |
| Amelinghausen  | 13,80 | 1:50:53 | 8:02   | 7             | 28:58 | 83     | 46:41  | 24,10  | 3:07:40  | 7:47   | 7             | 45:25   | 83     | 1:15:25 |
| Schwindebeck   | 9,40  | 1:25:49 | 9:07   | 6             | 27:02 | 80     | 41:55  | 33,50  | 4:33:29  | 8:09   | 6             | 1:11:48 | 83     | 2:16:09 |
| Bispingen      | 8,90  | 1:26:50 | 9:45   | 6             | 29:22 | 73     | 44:48  | 42,40  | 6:00:19  | 8:29   | 6             | 1:37:04 | 83     | 3:42:59 |
| Overhaverbeck  | 10,80 | 1:42:39 | 9:30   | 4             | 31:28 | 62     | 48:59  | 53,20  | 7:42:58  | 8:42   | 6             | 2:03:48 | 70     | 3:28:36 |
| Undeloh        | 6,90  | 1:08:53 | 9:58   | 3             | 18:25 | 53     | 34:17  | 60,10  | 8:51:51  | 8:50   | 6             | 2:53:50 | 70     | 3:54:52 |
| Egestorf       | 9,20  | 1:34:15 | 10:14  | 2             | 13:49 | 43     | 44:39  | 69,30  | 10:26:06 | 9:02   | 3             | 2:04:48 | 59     | 4:33:57 |
| Salzhausen     | 10,70 | 1:48:42 | 10:09  | 3             | 18:29 | 54     | 51:15  | 80,00  | 12:14:48 | 9:11   | 3             | 2:23:03 | 57     | 5:22:33 |
| Südergellersen | 10,90 | 1:46:48 | 9:47   | 3             | 9:16  | 43     | 42:37  | 90,90  | 14:01:36 | 9:15   | 3             | 2:32:19 | 56     | 6:05:10 |
| Sülzwiesen     | 9,10  | 1:36:23 | 10:35  | 3             | 34:24 | 51     | 50:08  | 100,00 | 15:37:59 | 9:22   | 3             | 2:49:53 | 57     | 6:55:18 |