



3. Lüneburger Heide Staffellauf und Ultra-Marathon

Lüneburg / 18.06.2022

Detailauswertung

Gyukin Steffen

Gesamt-Zeit: 10:43:14

Startnummer: 43

Geschwindigkeit: 9,33 km/h

Laufleistung: 06:26 min/km

Strecke: 100,00 km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 12 (von 102)

Ultra-Marathon

Strecken-Platzierung/Männer: 11 (von 86)

Bestzeit der Strecke: 8:42:41

Kategorie:

Kategorie-Platzierung: 2(von 10)

Senioren M35 (35-39 Jahre)

Bestzeit in der Kategorie: 9:56:21

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	1:01:33	5:58	9	13:30	38	13:36	10,30	1:01:33	5:58	9	13:30	38	13:36
Amelinghausen	13,80	1:23:20	6:02	8	19:08	34	19:08	24,10	2:24:53	6:00	9	32:38	35	32:38
Schwindebeck	9,40	56:22	5:59	7	12:28	20	12:28	33,50	3:21:15	6:00	9	1:03:55	32	1:03:55
Bispingen	8,90	58:39	6:35	6	16:37	31	16:37	42,40	4:19:54	6:07	9	2:02:34	36	2:02:34
Overhaverbeck	10,80	1:03:52	5:54	2	8:20	9	10:12	53,20	5:23:46	6:05	5	1:09:24	18	1:09:24
Undeloh	6,90	50:15	7:16	2	7:38	20	15:39	60,10	6:14:01	6:13	5	1:17:02	21	1:17:02
Egestorf	9,20	1:06:07	7:11	2	6:16	14	16:31	69,30	7:20:08	6:21	2	1:23:18	14	1:27:59
Salzhausen	10,70	1:12:43	6:47	1	-	6	15:16	80,00	8:32:51	6:24	2	1:17:09	14	1:40:36
Südergellersen	10,90	1:13:07	6:42	1	-	4	8:56	90,90	9:45:58	6:26	2	57:50	11	1:49:32
Sülzwiesen	9,10	57:16	6:17	1	-	7	11:01	100,00	10:43:14	6:25	2	46:53	11	2:00:33