



3. Lüneburger Heide Staffellauf und Ultra-Marathon

Lüneburg / 18.06.2022

Detailauswertung

2 Runnersofruhrpott

Verein: Runnersofruhrpott
Startnummer: 330

Strecke: 100,00 km
5-10er-Staffel

Kategorie:
5-10er Staffel

Gesamt-Zeit: 10:53:52

Geschwindigkeit: 9,18 km/h
Laufleistung: 06:32 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 25 (von 32)

Strecken-Platzierung/Gesamt: 25 (von 32)

Bestzeit der Strecke: 7:05:57

Kategorie-Platzierung: 25(von 32)

Bestzeit in der Kategorie: 7:05:57

Kontrolle	Zwischenzeiten								Teilstreckenwertung				Gesamtwertung			
	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Gesam	Rückst. Gesamt	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Gesam	Rückst. Gesamt		
Südergellersen	10,30	50:55	4:56	5	12:46	5	12:46	10,30	50:55	4:56	5	12:46	5	12:46		
Amelinghausen	13,80	1:09:39	5:02	12	18:35	12	18:35	24,10	2:00:34	5:00	9	55:14	9	55:14		
Schwindebeck	9,40	56:21	5:59	18	19:41	18	19:41	33,50	2:56:55	5:16	11	51:02	11	51:02		
Bispingen	8,90	1:11:10	7:59	30	31:42	30	31:42	42,40	4:08:05	5:51	17	1:17:56	17	1:17:56		
Overhaverbeck	10,80	1:04:57	6:00	21	18:06	21	18:06	53,20	5:13:02	5:53	19	1:36:02	19	1:36:02		
Undeloh	6,90	49:25	7:09	27	19:44	27	19:44	60,10	6:02:27	6:01	19	1:55:31	19	1:55:31		
Egestorf	9,20	1:04:01	6:57	25	24:02	25	24:02	69,30	7:06:28	6:09	21	2:19:33	21	2:19:33		
Salzhausen	10,70	54:30	5:05	6	14:49	6	14:49	80,00	8:00:58	6:00	18	2:34:22	18	2:34:22		
Südergellersen	10,90	1:45:18	9:39	31	56:24	31	56:24	90,90	9:46:16	6:26	23	3:25:30	23	3:25:30		
Sülzwiesen	9,10	1:07:36	7:25	29	27:38	29	27:38	100,00	10:53:52	6:32	25	3:47:55	25	3:47:55		