



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

#### Detailauswertung

Frischmuth Matthias

Gesamt-Zeit: 11:20:37

Startnummer: 37

Geschwindigkeit: 8,82 km/h

Laufleistung: 06:48 min/km

Strecke: 100,00 km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 19 (von 102)

Ultra-Marathon

Strecken-Platzierung/Männer: 17 (von 86)

Bestzeit der Strecke: 8:42:41

Kategorie:

Kategorie-Platzierung: 3(von 11)

Senioren M55 (55-59 Jahre)

Bestzeit in der Kategorie: 10:40:25

Kontrolle	Zwischenzeiten							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	56:25	5:28	1	-	14	8:28	10,30	56:25	5:28	1	-	14	8:28	
Amelinghausen	13,80	1:21:12	5:53	1	-	25	17:00	24,10	2:17:37	5:42	1	-	22	25:22	
Schwindebeck	9,40	56:51	6:02	3	2:37	23	12:57	33,50	3:14:28	5:48	1	-	24	57:08	
Bispingen	8,90	1:04:00	7:11	4	10:41	41	21:58	42,40	4:18:28	6:05	5	37:13	32	2:01:08	
Overhaverbeck	10,80	1:11:14	6:35	4	4:36	20	17:34	53,20	5:29:42	6:11	3	8:47	23	1:15:20	
Undeloh	6,90	58:39	8:30	4	11:14	36	24:03	60,10	6:28:21	6:27	4	19:08	30	1:31:22	
Egestorf	9,20	1:11:13	7:44	3	9:43	19	21:37	69,30	7:39:34	6:37	3	28:51	20	1:47:25	
Salzhausen	10,70	1:17:19	7:13	3	4:07	13	19:52	80,00	8:56:53	6:42	3	32:58	18	2:04:38	
Südergellersen	10,90	1:25:39	7:51	3	3:04	16	21:28	90,90	10:22:32	6:50	3	36:02	18	2:26:06	
Sülzwiesen	9,10	58:05	6:22	2	4:10	9	11:50	100,00	11:20:37	6:48	3	40:12	17	2:37:56	