



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

#### Detailauswertung

**Thoms Stefan**

Verein: USC Kiel  
Startnummer: 138

Strecke: 100,00 km  
Ultra-Marathon

Kategorie:  
Senioren M55 (55-59 Jahre)

**Gesamt-Zeit: 11:46:18**

Geschwindigkeit: 8,49 km/h  
Laufleistung: 07:04 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 24 (von 102)  
Strecken-Platzierung/Männer: 22 (von 86)  
Bestzeit der Strecke: 8:42:41

Kategorie-Platzierung: 4(von 11)  
Bestzeit in der Kategorie: 10:40:25

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	1:03:16	6:08	4	6:51	44	15:19	10,30	1:03:16	6:08	4	6:51	44	15:19		
Amelinghausen	13,80	1:26:14	6:14	5	5:02	39	22:02	24,10	2:29:30	6:12	5	11:53	40	37:15		
Schwindebeck	9,40	57:55	6:09	4	3:41	30	14:01	33,50	3:27:25	6:11	4	12:57	39	1:10:05		
Bispingen	8,90	56:46	6:22	3	3:27	23	14:44	42,40	4:24:11	6:13	6	42:56	41	2:06:51		
Overhaverbeck	10,80	1:10:38	6:32	3	4:00	17	16:58	53,20	5:34:49	6:17	4	13:54	27	1:20:27		
Undeloh	6,90	49:04	7:06	2	1:39	17	14:28	60,10	6:23:53	6:23	3	14:40	27	1:26:54		
Egestorf	9,20	1:16:30	8:18	4	15:00	23	26:54	69,30	7:40:23	6:38	4	29:40	21	1:48:14		
Salzhausen	10,70	1:24:44	7:55	4	11:32	21	27:17	80,00	9:05:07	6:48	4	41:12	20	2:12:52		
Südergellersen	10,90	1:32:36	8:29	4	10:01	25	28:25	90,90	10:37:43	7:00	4	51:13	22	2:41:17		
Sülzwiesen	9,10	1:08:35	7:32	4	14:40	27	22:20	100,00	11:46:18	7:03	4	1:05:53	22	3:03:37		