



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

Detailauswertung

Zhalko Igor

Gesamt-Zeit: 12:07:42

Startnummer: 149

Geschwindigkeit: 8,25 km/h

Laufleistung: 07:16 min/km

Strecke: 100,00 km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 27 (von 102)

Ultra-Marathon

Strecken-Platzierung/Männer: 25 (von 86)

Bestzeit der Strecke: 8:42:41

Kategorie:

Kategorie-Platzierung: 4(von 10)

Senioren M35 (35-39 Jahre)

Bestzeit in der Kategorie: 9:56:21

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt						
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer
Südergellersen	10,30	53:42	5:12	4	5:39	10	5:45	10,30	53:42	5:12	4	5:39	10	5:45
Amelinghausen	13,80	1:21:23	5:53	7	17:11	26	17:11	24,10	2:15:05	5:36	5	22:50	14	22:50
Schwindebeck	9,40	52:37	5:35	4	8:43	11	8:43	33,50	3:07:42	5:36	5	50:22	13	50:22
Bispingen	8,90	59:35	6:41	7	17:33	32	17:33	42,40	4:07:17	5:49	7	1:49:57	21	1:49:57
Overhaverbeck	10,80	1:24:09	7:47	6	28:37	36	30:29	53,20	5:31:26	6:13	7	1:17:04	25	1:17:04
Undeloh	6,90	-	-	9		63		60,10	5:31:26	5:30	2	34:27	6	34:27
Egestorf	9,20	2:15:46	14:45	8	1:15:55	59	1:26:10	69,30	7:47:12	6:44	5	1:50:22	25	1:55:03
Salzhausen	10,70	1:38:33	9:12	6	25:50	40	41:06	80,00	9:25:45	7:04	5	2:10:03	26	2:33:30
Südergellersen	10,90	1:37:39	8:57	5	24:32	33	33:28	90,90	11:03:24	7:17	4	2:15:16	26	3:06:58
Sülzwiesen	9,10	1:04:18	7:03	2	7:02	18	18:03	100,00	12:07:42	7:16	4	2:11:21	25	3:25:01