



Lüneburger  
Heide-Staffellauf  
und Ultra-Marathon

100  
km

# Urkunde

Ultra-Marathon Einzel

**Lars Solheid**

*Senioren M30 (30-34 Jahre)*

Südergellersen	10.30 km	1:08:48
Amelinghausen	13.80 km	1:29:36
Schwindebeck	9.40 km	1:05:26
Bispingen	8.90 km	1:01:30
Overhaverbeck	10.80 km	1:31:28
Undeloh	6.90 km	51:32
Egestorf	9.20 km	1:18:06
Salzhausen	10.70 km	1:26:17
Südergellersen	10.90 km	1:37:31
Sülzwiesen	9.10 km	1:16:27

**Laufzeit: 12:46:41 h**

**Platz Gesamt: 28**

**Platz Kategorie: 5**

Lüneburg, den 10.06.2023