



Lüneburger  
Heide-Staffellauf  
und Ultra-Marathon

100  
km

# Urkunde

Ultra-Marathon

## Frischmuth Matthias

*Senioren M55 (55-59 Jahre)*

Südergellersen	10.30 km	56:25
Amelinghausen	13.80 km	1:21:12
Schwindebeck	9.40 km	56:51
Bispingen	8.90 km	1:04:00
Overhaverbeck	10.80 km	1:11:14
Undeloh	6.90 km	58:39
Egestorf	9.20 km	1:11:13
Salzhausen	10.70 km	1:17:19
Südergellersen	10.90 km	1:25:39
Sülzwiesen	9.10 km	58:05

**Laufzeit: 11:20:37 h**

**Platz Gesamt: 17**

**Platz Kategorie: 3**