



Lüneburger
Heide-Staffellauf
und Ultra-Marathon

100
km

Urkunde

Ultra-Marathon Einzel

Markus Cramer

Ultrafriesen/ Concordia Neermoor

Senioren M45 (45-49 Jahre)

Südergellersen	10.30 km	1:03:53
Amelinghausen	13.80 km	1:21:15
Schwindebeck	9.40 km	59:02
Bispingen	8.90 km	55:59
Overhaverbeck	10.80 km	1:14:50
Undeloh	6.90 km	50:32
Egestorf	9.20 km	1:13:01
Salzhausen	10.70 km	1:32:26
Südergellersen	10.90 km	1:50:43
Sülzwiesen	9.10 km	1:06:07

Laufzeit: 12:07:48 h

Platz Gesamt: 24

Platz Kategorie: 4

Lüneburg, den 10.06.2023