



Lüneburger  
Heide-Staffellauf  
und Ultra-Marathon

100  
km

# Urkunde

Ultra-Marathon Einzel

**Matthias Frischmuth**

*Das Team Manu und Matthias*

*Senioren M55 (55-59 Jahre)*

Südergellersen	10.30 km	55:05
Amelinghausen	13.80 km	1:18:14
Schwindebeck	9.40 km	55:32
Bispingen	8.90 km	54:21
Overhaverbeck	10.80 km	1:12:22
Undeloh	6.90 km	48:27
Egestorf	9.20 km	1:04:12
Salzhausen	10.70 km	1:16:27
Südergellersen	10.90 km	1:24:19
Sülzwiesen	9.10 km	1:09:28

**Laufzeit: 10:58:27 h**

**Platz Gesamt: 13**

**Platz Kategorie: 2**

Lüneburg, den 10.06.2023