



Lüneburger  
Heide-Staffellauf  
und Ultra-Marathon

100  
km

# Urkunde

Ultra-Marathon

**Trost Karin**

*Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)*

|                |          |         |
|----------------|----------|---------|
| Südergellersen | 10.30 km | 1:11:31 |
| Amelinghausen  | 13.80 km | 1:36:07 |
| Schwindebeck   | 9.40 km  | 1:08:09 |
| Bispingen      | 8.90 km  | 1:12:21 |
| Overhaverbeck  | 10.80 km | 1:34:17 |
| Undeloh        | 6.90 km  | 1:06:12 |
| Egestorf       | 9.20 km  | 1:30:41 |
| Salzhausen     | 10.70 km | 1:40:00 |
| Südergellersen | 10.90 km | 1:51:47 |
| Sülzwiesen     | 9.10 km  | 1:37:51 |

**Laufzeit: 14:28:56 h**

**Platz Gesamt: 10**

**Platz Kategorie: 2**