



### 3. Lüneburger Heide Staffellauf und Ultra-Marathon Lüneburg / 18.06.2022

#### Detalizēti rezultāti

#### Bonesky Thomas

Klubs: Triathlon Club Bremen  
Numurs: 11

Posms: 100.00 km  
Ultra-Marathon

Grupa:  
Senioren M40 (40-44 Jahre)

Kopējais laiks: 8:42:41

Ātrums: 11.48 km/h  
Skrējiena izpildījums: 05:13 min/km

Vieta distancē/Kopā: 1 (no 102)

Vieta distancē/Vīrieši: 1 (no 86)

Distances labākais laiks: 8:42:41

Vieta grupā: 1(no 11)

Grupas labākais laiks: 8:42:41

Kontrolpunkts	Vidējie laiki							Posma rezultāts							Kopējais rezultāts						
	Posma km	Posma Laiks	Posma min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums Vīrieši	Vietāztrūkums Vīrieši	Kopā km	Kopā Laiks	Kopā min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums Vīrieši	Vietāztrūkums Vīrieši							
Südergellersen	10.30	50:59	4:56	1	-	6	3:02	10.30	50:59	4:56	1	-	6	3:02							
Amelinghausen	13.80	1:07:43	4:54	2	0:29	6	3:31	24.10	1:58:42	4:55	2	0:28	6	6:27							
Schwindebeck	9.40	46:49	4:58	1	-	4	2:55	33.50	2:45:31	4:56	2	17:56	7	28:11							
Bispingen	8.90	48:46	5:28	2	4:34	6	6:44	42.40	3:34:17	5:03	3	1:06:42	9	1:16:57							
Overhaverbeck	10.80	53:40	4:58	1	-	1	-	53.20	4:27:57	5:02	2	0:01	5	13:35							
Undeloh	6.90	34:36	5:00	1	-	1	-	60.10	5:02:33	5:02	1	-	3	5:34							
Egestorf	9.20	52:15	5:40	2	2:39	2	2:39	69.30	5:54:48	5:07	2	2:39	2	2:39							
Salzhausen	10.70	57:27	5:22	1	-	1	-	80.00	6:52:15	5:09	1	-	1	-							
Südergellersen	10.90	1:04:11	5:53	1	-	1	-	90.90	7:56:26	5:14	1	-	1	-							
Sülzwiesen	9.10	46:15	5:04	1	-	1	-	100.00	8:42:41	5:13	1	-	1	-							