



Lüneburger  
Heide-Staffellauf  
und Ultra-Marathon

100  
km

# Urkunde

Ultra-Marathon Einzel

## Sören Hand

*Senioren M30 (30-34 Jahre)*

Südergellersen	10.30 km	54:00
Amelinghausen	13.80 km	1:09:54
Schwindebeck	9.40 km	48:49
Bispingen	8.90 km	48:21
Overhaverbeck	10.80 km	1:01:14
Undeloh	6.90 km	42:46
Egestorf	9.20 km	1:02:34
Salzhausen	10.70 km	1:13:04
Südergellersen	10.90 km	1:17:43
Sülzwiesen	9.10 km	59:18

**Laufzeit: 09:57:43 h**

**Platz Gesamt: 4**

**Platz Kategorie: 1**

Lüneburg, den 10.06.2023