



Lüneburger
Heide-Staffellauf
und Ultra-Marathon

100
km

Urkunde

Ultra-Marathon

Siems Rafael

Küstenläufer

Senioren M35 (35-39 Jahre)

Südergellersen	10.30 km	56:51
Amelinghausen	13.80 km	1:19:39
Schwindebeck	9.40 km	57:17
Bispingen	8.90 km	1:00:48
Overhaverbeck	10.80 km	1:28:42
Undeloh	6.90 km	55:06
Egestorf	9.20 km	1:23:42
Salzhausen	10.70 km	1:33:12
Südergellersen	10.90 km	2:15:53
Sülzwiesen	9.10 km	1:47:12

Laufzeit: 13:38:22 h

Platz Gesamt: 41

Platz Kategorie: 8