



4. Internationaler Lüneburger Heide Ultra-Marathon

Lüneburg / 10.06.2023

Detailauswertung

Lauftreff TuS Hohnstorf

Verein: Lauftreff TuS Hohnstorf
Startnummer: 317

Strecke: 100,00 km

Ultra-Marathon 5-10er Staffel

Kategorie:

5-10er Staffel

Gesamt-Zeit: 9:16:33

Geschwindigkeit: 10,78 km/h

Laufleistung: 5:33 min/km

Strecken-Platzierung: 10 (von 28)

Bestzeit der Strecke: 7:25:02

Kategorie-Platzierung: 10(von 28)

Bestzeit in der Kategorie: 7:25:02

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt						
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Gesam	Gesam	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Gesam	Gesam
Südergellersen	10,30	52:31	5:05	9	12:02	9	12:02	10,30	52:31	5:05	9	12:02	9	12:02
Amelinghausen	13,80	1:17:27	5:36	17	25:13	17	25:13	24,10	2:09:58	5:23	13	33:49	13	33:49
Schwindebeck	9,40	54:57	5:50	16	13:27	16	13:27	33,50	3:04:55	5:31	11	39:36	11	39:36
Bispingen	8,90	52:27	5:53	13	19:01	13	19:01	42,40	3:57:22	5:35	12	58:37	12	58:37
Overhaverbeck	10,80	52:34	4:52	6	8:58	6	8:58	53,20	4:49:56	5:26	10	1:07:35	10	1:07:35
Undeloh	6,90	35:16	5:06	6	4:31	6	4:31	60,10	5:25:12	5:24	9	1:09:26	9	1:09:26
Egestorf	9,20	55:33	6:02	14	14:28	14	14:28	69,30	6:20:45	5:29	9	1:22:09	9	1:22:09
Salzhausen	10,70	49:38	4:38	8	5:20	8	5:20	80,00	7:10:23	5:22	9	1:22:54	9	1:22:54
Südergellersen	10,90	1:18:23	7:11	25	37:24	25	37:24	90,90	8:28:46	5:35	10	1:48:02	10	1:48:02
Sülzwiesen	9,10	47:47	5:15	9	13:03	9	13:03	100,00	9:16:33	5:33	10	1:51:31	10	1:51:31