



# 4. Internationaler Lüneburger Heide Ultra-Marathon

Lüneburg / 10.06.2023

## Detailauswertung

Lüneburger Rennschnecken

Gesamt-Zeit: 10:03:39

Startnummer: 318

Geschwindigkeit: 9,94 km/h

Laufleistung: 6:02 min/km

Strecke: 100,00 km

Ultra-Marathon 5-10er Staffel

Strecken-Platzierung: 15 (von 28)

Bestzeit der Strecke: 7:25:02

Kategorie:

Kategorie-Platzierung: 15(von 28)

5-10er Staffel

Bestzeit in der Kategorie: 7:25:02

### Zwischenzeiten

### Teilstreckenwertung

### Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt			Platz Rückst.			
	km	Zeit	min/km	Kat.	Rückst. Kat.	Platz	Rückst. Kat.	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz	Rückst. Kat.	Platz	Rückst. Kat.
Südergellersen	10,30	58:14	5:39	20	17:45	20	17:45	10,30	58:14	5:39	20	17:45	20	17:45
Amelinghausen	13,80	1:23:19	6:02	23	31:05	23	31:05	24,10	2:21:33	5:52	20	45:24	20	45:24
Schwindebeck	9,40	59:03	6:16	19	17:33	19	17:33	33,50	3:20:36	5:59	22	55:17	22	55:17
Bispingen	8,90	57:21	6:26	19	23:55	19	23:55	42,40	4:17:57	6:05	20	1:19:12	20	1:19:12
Overhaverbeck	10,80	59:38	5:31	15	16:02	15	16:02	53,20	5:17:35	5:58	19	1:35:14	19	1:35:14
Undeloh	6,90	50:24	7:18	22	19:39	22	19:39	60,10	6:07:59	6:07	23	1:52:13	23	1:52:13
Egestorf	9,20	56:05	6:05	17	15:00	17	15:00	69,30	7:04:04	6:07	19	2:05:28	19	2:05:28
Salzhausen	10,70	1:21:22	7:36	28	37:04	28	37:04	80,00	8:25:26	6:19	25	2:37:57	25	2:37:57
Südergellersen	10,90	54:23	4:59	3	13:24	3	13:24	90,90	9:19:49	6:09	20	2:39:05	20	2:39:05
Sülzwiesen	9,10	43:50	4:49	3	9:06	3	9:06	100,00	10:03:39	6:02	15	2:38:37	15	2:38:37