



# 4. Internationaler Lüneburger Heide Ultra-Marathon

Lüneburg / 10.06.2023

## Detailauswertung

In Oldendörp löpptt

Gesamt-Zeit: 10:06:06

Startnummer: 311

Geschwindigkeit: 9,90 km/h

Laufleistung: 6:03 min/km

Strecke: 100,00 km

Ultra-Marathon 5-10er Staffel

Strecken-Platzierung: 16 (von 28)

Bestzeit der Strecke: 7:25:02

Kategorie:

Kategorie-Platzierung: 16(von 28)

5-10er Staffel

Bestzeit in der Kategorie: 7:25:02

### Zwischenzeiten

### Teilstreckenwertung

### Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt		Gesamt		Platz Rückst.			
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Gesam	Gesam	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Gesam	Gesam	
Südergellersen	10,30	57:43	5:36	18	17:14	18	17:14	10,30	57:43	5:36	18	17:14	18	17:14	
Amelinghausen	13,80	1:20:58	5:52	20	28:44	20	28:44	24,10	2:18:41	5:45	17	42:32	17	42:32	
Schwindebeck	9,40	53:48	5:43	14	12:18	14	12:18	33,50	3:12:29	5:44	17	47:10	17	47:10	
Bispingen	8,90	55:18	6:12	16	21:52	16	21:52	42,40	4:07:47	5:50	16	1:09:02	16	1:09:02	
Overhaverbeck	10,80	53:29	4:57	8	9:53	8	9:53	53,20	5:01:16	5:39	14	1:18:55	14	1:18:55	
Undeloh	6,90	53:18	7:43	24	22:33	24	22:33	60,10	5:54:34	5:53	13	1:38:48	13	1:38:48	
Egestorf	9,20	1:01:13	6:39	21	20:08	21	20:08	69,30	6:55:47	5:59	16	1:57:11	16	1:57:11	
Salzhausen	10,70	1:01:58	5:47	15	17:40	15	17:40	80,00	7:57:45	5:58	15	2:10:16	15	2:10:16	
Südergellersen	10,90	1:06:01	6:03	16	25:02	16	25:02	90,90	9:03:46	5:58	14	2:23:02	14	2:23:02	
Sülzwiesen	9,10	1:02:20	6:50	25	27:36	25	27:36	100,00	10:06:06	6:03	16	2:41:04	16	2:41:04	