



4. Internationaler Lüneburger Heide Ultra-Marathon

Lüneburg / 10.06.2023

Detailauswertung

Stader Nightrunners

Verein: Stader Nightrunners
Startnummer: 327

Strecke: 100,00 km

Ultra-Marathon 5-10er Staffel

Kategorie:

5-10er Staffel

Gesamt-Zeit: 10:16:58

Geschwindigkeit: 9,72 km/h

Laufleistung: 6:10 min/km

Strecken-Platzierung: 20 (von 28)

Bestzeit der Strecke: 7:25:02

Kategorie-Platzierung: 20(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	1:10:17	6:49	27	29:48	27	29:48	10,30	1:10:17	6:49	27	29:48	27	29:48
Amelinghausen	13,80	1:11:23	5:10	11	19:09	11	19:09	24,10	2:21:40	5:52	21	45:31	21	45:31
Schwindebeck	9,40	1:01:10	6:30	20	19:40	20	19:40	33,50	3:22:50	6:03	23	57:31	23	57:31
Bispingen	8,90	1:03:33	7:08	27	30:07	27	30:07	42,40	4:26:23	6:16	23	1:27:38	23	1:27:38
Overhaverbeck	10,80	54:52	5:04	11	11:16	11	11:16	53,20	5:21:15	6:02	21	1:38:54	21	1:38:54
Undeloh	6,90	43:59	6:22	18	13:14	18	13:14	60,10	6:05:14	6:04	22	1:49:28	22	1:49:28
Egestorf	9,20	1:04:53	7:03	22	23:48	22	23:48	69,30	7:10:07	6:12	21	2:11:31	21	2:11:31
Salzhausen	10,70	1:14:16	6:56	24	29:58	24	29:58	80,00	8:24:23	6:18	24	2:36:54	24	2:36:54
Südergellersen	10,90	1:02:21	5:43	12	21:22	12	21:22	90,90	9:26:44	6:14	23	2:46:00	23	2:46:00
Sülzwiesen	9,10	50:14	5:31	12	15:30	12	15:30	100,00	10:16:58	6:10	20	2:51:56	20	2:51:56