



# 4. Internationaler Lüneburger Heide Ultra-Marathon

Lüneburg / 10.06.2023

## Detailauswertung

Landkreis Heidekreis

Verein: Landkreis Heidekreis

Startnummer: 314

Strecke: 100,00 km

Ultra-Marathon 5-10er Staffel

Kategorie:

5-10er Staffel

Gesamt-Zeit: 10:28:06

Geschwindigkeit: 9,55 km/h

Laufleistung: 6:16 min/km

Strecken-Platzierung: 25 (von 28)

Bestzeit der Strecke: 7:25:02

Kategorie-Platzierung: 25(von 28)

Bestzeit in der Kategorie: 7:25:02

### Zwischenzeiten

### Teilstreckenwertung

### Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst. Platz Rückst.				Gesamt Gesamt Gesamt Platz Rückst. Platz Rückst.						
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Gesam	Gesam	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Gesam	Gesam
Südergellersen	10,30	58:16	5:39	21	17:47	21	17:47	10,30	58:16	5:39	21	17:47	21	17:47
Amelinghausen	13,80	1:21:45	5:55	22	29:31	22	29:31	24,10	2:20:01	5:48	19	43:52	19	43:52
Schwindebeck	9,40	1:07:35	7:11	26	26:05	26	26:05	33,50	3:27:36	6:11	25	1:02:17	25	1:02:17
Bispingen	8,90	58:50	6:36	20	25:24	20	25:24	42,40	4:26:26	6:17	24	1:27:41	24	1:27:41
Overhaverbeck	10,80	1:01:13	5:40	16	17:37	16	17:37	53,20	5:27:39	6:09	23	1:45:18	23	1:45:18
Undeloh	6,90	41:37	6:01	14	10:52	14	10:52	60,10	6:09:16	6:08	24	1:53:30	24	1:53:30
Egestorf	9,20	1:08:07	7:24	25	27:02	25	27:02	69,30	7:17:23	6:18	24	2:18:47	24	2:18:47
Salzhausen	10,70	57:00	5:19	12	12:42	12	12:42	80,00	8:14:23	6:10	19	2:26:54	19	2:26:54
Südergellersen	10,90	1:09:45	6:23	20	28:46	20	28:46	90,90	9:24:08	6:12	22	2:43:24	22	2:43:24
Sülzwiesen	9,10	1:03:58	7:01	26	29:14	26	29:14	100,00	10:28:06	6:16	25	3:03:04	25	3:03:04