



4. Internationaler Lüneburger Heide Ultra-Marathon

Lüneburg / 10.06.2023

Detailauswertung

Laufen mit Merete

Verein: Laufen mit Merete
Startnummer: 315

Strecke: 100,00 km
Ultra-Marathon 5-10er Staffel

Kategorie:
5-10er Staffel

Gesamt-Zeit: 10:57:49

Geschwindigkeit: 9,12 km/h
Laufleistung: 6:34 min/km

Strecken-Platzierung: 27 (von 28)

Bestzeit der Strecke: 7:25:02

Kategorie-Platzierung: 27(von 28)

Bestzeit in der Kategorie: 7:25:02

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt			Platz Rückst.			
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Gesam	Gesam	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Gesam	Gesam
Südergellersen	10,30	57:15	5:33	17	16:46	17	16:46	10,30	57:15	5:33	17	16:46	17	16:46
Amelinghausen	13,80	1:21:40	5:55	21	29:26	21	29:26	24,10	2:18:55	5:45	18	42:46	18	42:46
Schwindebeck	9,40	49:43	5:17	10	8:13	10	8:13	33,50	3:08:38	5:37	14	43:19	14	43:19
Bispingen	8,90	1:11:28	8:01	28	38:02	28	38:02	42,40	4:20:06	6:08	21	1:21:21	21	1:21:21
Overhaverbeck	10,80	1:26:17	7:59	28	42:41	28	42:41	53,20	5:46:23	6:30	27	2:04:02	27	2:04:02
Undeloh	6,90	53:36	7:46	25	22:51	25	22:51	60,10	6:39:59	6:39	28	2:24:13	28	2:24:13
Egestorf	9,20	1:11:24	7:45	27	30:19	27	30:19	69,30	7:51:23	6:48	28	2:52:47	28	2:52:47
Salzhausen	10,70	1:20:24	7:30	27	36:06	27	36:06	80,00	9:11:47	6:53	28	3:24:18	28	3:24:18
Südergellersen	10,90	58:56	5:24	6	17:57	6	17:57	90,90	10:10:43	6:43	28	3:29:59	28	3:29:59
Sülzwiesen	9,10	47:06	5:10	7	12:22	7	12:22	100,00	10:57:49	6:34	27	3:32:47	27	3:32:47