



4. Internationaler Lüneburger Heide Ultra-Marathon

Lüneburg / 10.06.2023

Detailauswertung

Schule Marienau... läuft!

Verein: Schule Marienau e.V.

Startnummer: 326

Strecke: 100,00 km

Ultra-Marathon 5-10er Staffel

Kategorie:

5-10er Staffel

Gesamt-Zeit: 8:23:28

Geschwindigkeit: 11,92 km/h

Laufleistung: 5:02 min/km

Strecken-Platzierung: 3 (von 28)

Bestzeit der Strecke: 7:25:02

Kategorie-Platzierung: 3(von 28)

Bestzeit in der Kategorie: 7:25:02

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split		Split min/km	Platz		Rückst.		Gesamt km	Gesamt		Gesamt min/km	Platz		Rückst.	
	km	Zeit		Kat.	Kat.	Gesam	Gesam		Kat.	Kat.		Gesam	Gesam		
Südergellersen	10,30	44:59	4:22	3	4:30	3	4:30	10,30	44:59	4:22	3	4:30	3	4:30	
Amelinghausen	13,80	1:01:06	4:25	4	8:52	4	8:52	24,10	1:46:05	4:24	3	9:56	3	9:56	
Schwindebeck	9,40	48:10	5:07	5	6:40	5	6:40	33,50	2:34:15	4:36	3	8:56	3	8:56	
Bispingen	8,90	42:20	4:45	5	8:54	5	8:54	42,40	3:16:35	4:38	3	17:50	3	17:50	
Overhaverbeck	10,80	47:00	4:21	2	3:24	2	3:24	53,20	4:03:35	4:34	3	21:14	3	21:14	
Undeloh	6,90	40:32	5:52	11	9:47	11	9:47	60,10	4:44:07	4:43	3	28:21	3	28:21	
Egestorf	9,20	55:43	6:03	15	14:38	15	14:38	69,30	5:39:50	4:54	3	41:14	3	41:14	
Salzhausen	10,70	47:13	4:24	4	2:55	4	2:55	80,00	6:27:03	4:50	3	39:34	3	39:34	
Südergellersen	10,90	1:00:14	5:31	10	19:15	10	19:15	90,90	7:27:17	4:55	3	46:33	3	46:33	
Sülzwiesen	9,10	56:11	6:10	20	21:27	20	21:27	100,00	8:23:28	5:02	3	58:26	3	58:26	