



4. Internationaler Lüneburger Heide Ultra-Marathon

Lüneburg / 10.06.2023

Detailauswertung

Hamburg Running Rockets 1

Verein: Hamburg Running
Startnummer: 307

Strecke: 100,00 km

Ultra-Marathon 5-10er Staffel

Kategorie:

5-10er Staffel

Gesamt-Zeit: 8:54:37

Geschwindigkeit: 11,22 km/h

Laufleistung: 5:20 min/km

Strecken-Platzierung: 8 (von 28)

Bestzeit der Strecke: 7:25:02

Kategorie-Platzierung: 8(von 28)

Bestzeit in der Kategorie: 7:25:02

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt			Platz Rückst.			
	km	Zeit	min/km	Kat.	Rückst. Kat.	Platz	Rückst. Kat.	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz	Rückst. Kat.	Platz	Rückst. Kat.
Südergellersen	10,30	1:09:50	6:46	26	29:21	26	29:21	10,30	1:09:50	6:46	26	29:21	26	29:21
Amelinghausen	13,80	1:05:43	4:45	7	13:29	7	13:29	24,10	2:15:33	5:37	16	39:24	16	39:24
Schwindebeck	9,40	48:11	5:07	6	6:41	6	6:41	33,50	3:03:44	5:29	10	38:25	10	38:25
Bispingen	8,90	1:01:43	6:56	22	28:17	22	28:17	42,40	4:05:27	5:47	14	1:06:42	14	1:06:42
Overhaverbeck	10,80	52:51	4:53	7	9:15	7	9:15	53,20	4:58:18	5:36	11	1:15:57	11	1:15:57
Undeloh	6,90	42:08	6:06	16	11:23	16	11:23	60,10	5:40:26	5:39	11	1:24:40	11	1:24:40
Egestorf	9,20	54:12	5:53	11	13:07	11	13:07	69,30	6:34:38	5:41	12	1:36:02	12	1:36:02
Salzhausen	10,70	46:35	4:21	3	2:17	3	2:17	80,00	7:21:13	5:30	10	1:33:44	10	1:33:44
Südergellersen	10,90	58:40	5:22	5	17:41	5	17:41	90,90	8:19:53	5:29	9	1:39:09	9	1:39:09
Sülzwiesen	9,10	34:44	3:49	1	-	1	-	100,00	8:54:37	5:20	8	1:29:35	8	1:29:35