



4. Internationaler Lüneburger Heide Ultra-Marathon

Lüneburg / 10.06.2023

Detailauswertung

FrauenPower

Gesamt-Zeit: 11:45:01

Startnummer: 202

Geschwindigkeit: 8,51 km/h

Laufleistung: 7:03 min/km

Strecke: 100,00 km

Ultra-Marathon 2er-Staffel

Strecken-Platzierung: 3 (von 4)

Bestzeit der Strecke: 10:57:51

Kategorie:

Kategorie-Platzierung: 3(von 4)

2er Staffel

Bestzeit in der Kategorie: 10:57:51

Kontrolle	Zwischenzeiten								Teilstreckenwertung				Gesamtwertung			
	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Gesamt	Rückst. Gesamt	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Gesamt	Rückst. Gesamt		
Südergellersen	10,30	1:08:53	6:41	3	9:13	3	9:13	10,30	1:08:53	6:41	3	9:13	3	9:13		
Amelinghausen	13,80	1:30:47	6:34	3	11:17	3	11:17	24,10	2:39:40	6:37	3	20:25	3	20:25		
Schwindebeck	9,40	1:03:02	6:42	3	9:12	3	9:12	33,50	3:42:42	6:38	3	29:37	3	29:37		
Bispingen	8,90	1:00:05	6:45	3	3:54	3	3:54	42,40	4:42:47	6:40	3	33:31	3	33:31		
Overhaverbeck	10,80	1:17:56	7:12	3	5:18	3	5:18	53,20	6:00:43	6:46	3	38:49	3	38:49		
Undeloh	6,90	38:59	5:38	2	2:09	2	2:09	60,10	6:39:42	6:39	3	34:35	3	34:35		
Egestorf	9,20	1:01:05	6:38	3	1:38	3	1:38	69,30	7:40:47	6:38	3	34:40	3	34:40		
Salzhausen	10,70	1:18:57	7:22	2	5:08	2	5:08	80,00	8:59:44	6:44	3	39:48	3	39:48		
Südergellersen	10,90	1:32:11	8:27	2	9:05	2	9:05	90,90	10:31:55	6:57	3	48:53	3	48:53		
Sülzwiesen	9,10	1:13:06	8:01	1	-	1	-	100,00	11:45:01	7:03	3	47:10	3	47:10		