



4. Internationaler Lüneburger Heide Ultra-Marathon

Lüneburg / 10.06.2023

Detailauswertung

Jan-Hendrik Kuessner

Gesamt-Zeit: 9:08:12

Startnummer: 34

Geschwindigkeit: 10,94 km/h

Laufleistung: 5:28 min/km

Strecke: 100,00 km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 1 (von 63)

Ultra-Marathon Einzel

Strecken-Platzierung/Männer: 1 (von 51)

Bestzeit der Strecke: 9:08:12

Kategorie:

Kategorie-Platzierung: 1(von 2)

Männer (20-29 Jahre)

Bestzeit in der Kategorie: 9:08:12

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split		Split min/km	Platz		Rückst.		Gesamt		Gesamt		Platz		Rückst.	
	km	Zeit		Kat.	Kat.	Männer	Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer	
Südergellersen	10,30	54:02	5:14	1	-	5	0:13	10,30	54:02	5:14	1	-	5	0:13	
Amelinghausen	13,80	1:06:09	4:47	1	-	1	-	24,10	2:00:11	4:59	1	-	1	-	
Schwindebeck	9,40	44:28	4:43	1	-	1	-	33,50	2:44:39	4:54	1	-	1	-	
Bispingen	8,90	43:48	4:55	1	-	1	-	42,40	3:28:27	4:54	1	-	1	-	
Overhaverbeck	10,80	55:20	5:07	1	-	1	-	53,20	4:23:47	4:57	1	-	1	-	
Undeloh	6,90	37:42	5:27	1	-	1	-	60,10	5:01:29	5:00	1	-	1	-	
Egestorf	9,20	53:30	5:48	1	-	1	-	69,30	5:54:59	5:07	1	-	1	-	
Salzhausen	10,70	1:04:09	5:59	1	-	1	-	80,00	6:59:08	5:14	1	-	1	-	
Südergellersen	10,90	1:09:59	6:25	1	-	1	-	90,90	8:09:07	5:22	1	-	1	-	
Sülzwiesen	9,10	59:05	6:29	2	8:09	8	59:05	100,00	9:08:12	5:28	1	-	1	-	