



4. Internationaler Lüneburger Heide Ultra-Marathon

Lüneburg / 10.06.2023

Detailauswertung

Oliver Schaltegger

Gesamt-Zeit: 10:25:49

Startnummer: 47

Geschwindigkeit: 9,59 km/h

Laufleistung: 6:15 min/km

Strecke: 100,00 km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 6 (von 63)

Ultra-Marathon Einzel

Strecken-Platzierung/Männer: 6 (von 51)

Bestzeit der Strecke: 9:08:12

Kategorie:

Kategorie-Platzierung: 3(von 6)

Senioren M30 (30-34 Jahre)

Bestzeit in der Kategorie: 9:57:43

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt			Platz Rückst.			
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer
Südergellersen	10,30	55:55	5:25	3	2:00	10	2:06	10,30	55:55	5:25	3	2:00	10	2:06
Amelinghausen	13,80	1:15:23	5:27	3	5:29	10	9:14	24,10	2:11:18	5:26	3	7:24	10	11:07
Schwindebeck	9,40	50:13	5:20	3	1:25	6	5:45	33,50	3:01:31	5:25	3	8:48	7	16:52
Bispingen	8,90	50:25	5:39	3	2:57	8	6:37	42,40	3:51:56	5:28	3	11:30	8	23:29
Overhaverbeck	10,80	1:06:03	6:06	3	5:31	5	10:43	53,20	4:57:59	5:36	3	17:01	6	34:12
Undeloh	6,90	45:02	6:31	3	3:40	9	7:20	60,10	5:43:01	5:42	3	20:41	6	41:32
Egestorf	9,20	1:03:58	6:57	2	1:24	9	10:28	69,30	6:46:59	5:52	3	19:21	6	52:00
Salzhausen	10,70	1:18:35	7:20	3	5:31	14	14:26	80,00	8:05:34	6:04	3	24:52	7	1:06:26
Südergellersen	10,90	1:18:42	7:13	3	1:10	9	8:43	90,90	9:24:16	6:12	3	25:51	6	1:15:09
Sülzwiesen	9,10	1:01:33	6:45	3	4:54	13	1:01:33	100,00	10:25:49	6:15	3	28:06	6	1:17:37