



4. Internationaler Lüneburger Heide Ultra-Marathon

Lüneburg / 10.06.2023

Detailauswertung

Martin Englert

Gesamt-Zeit: 11:58:07

Startnummer: 16

Geschwindigkeit: 8,36 km/h

Laufleistung: 7:10 min/km

Strecke: 100,00 km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 23 (von 63)

Ultra-Marathon Einzel

Strecken-Platzierung/Männer: 21 (von 51)

Bestzeit der Strecke: 9:08:12

Kategorie:

Kategorie-Platzierung: 4(von 6)

Senioren M30 (30-34 Jahre)

Bestzeit in der Kategorie: 9:57:43

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Teilstreckenwertung				Gesamtwertung						
	km	Zeit	min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer
Südergellersen	10,30	1:09:31	6:44	6	15:36	41	15:42	10,30	1:09:31	6:44	6	15:36	41	15:42
Amelinghausen	13,80	1:29:33	6:29	5	19:39	32	23:24	24,10	2:39:04	6:36	6	35:10	41	38:53
Schwindebeck	9,40	1:03:20	6:44	4	14:32	33	18:52	33,50	3:42:24	6:38	5	49:41	35	57:45
Bispingen	8,90	1:03:06	7:05	5	15:38	36	19:18	42,40	4:45:30	6:44	5	1:05:04	33	1:17:03
Overhaverbeck	10,80	1:20:01	7:24	4	19:29	27	24:41	53,20	6:05:31	6:52	4	1:24:33	32	1:41:44
Undeloh	6,90	52:57	7:40	5	11:35	24	15:15	60,10	6:58:28	6:57	4	1:36:08	27	1:56:59
Egestorf	9,20	1:13:30	7:59	4	10:56	21	20:00	69,30	8:11:58	7:05	4	1:44:20	26	2:16:59
Salzhausen	10,70	1:22:38	7:43	4	9:34	20	18:29	80,00	9:34:36	7:10	4	1:53:54	25	2:35:28
Südergellersen	10,90	1:26:52	7:58	4	9:20	14	16:53	90,90	11:01:28	7:16	4	2:03:03	22	2:52:21
Sülzwiesen	9,10	56:39	6:13	1	-	5	56:39	100,00	11:58:07	7:10	4	2:00:24	21	2:49:55