



4. Internationaler Lüneburger Heide Ultra-Marathon

Lüneburg / 10.06.2023

Detailauswertung

Thomas Probst

Gesamt-Zeit: 11:48:34

Startnummer: 70

Geschwindigkeit: 8,47 km/h

Laufleistung: 7:05 min/km

Strecke: 100,00 km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 20 (von 63)

Ultra-Marathon Einzel

Strecken-Platzierung/Männer: 18 (von 51)

Bestzeit der Strecke: 9:08:12

Kategorie:

Kategorie-Platzierung: 4(von 9)

Senioren M40 (40-44 Jahre)

Bestzeit in der Kategorie: 9:43:30

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	57:34	5:35	3	3:45	14	3:45	10,30	57:34	5:35	3	3:45	14	3:45
Amelinghausen	13,80	1:15:46	5:29	2	5:25	11	9:37	24,10	2:13:20	5:31	2	9:10	12	13:09
Schwindebeck	9,40	53:06	5:38	2	4:32	9	8:38	33,50	3:06:26	5:33	2	13:42	11	21:47
Bispingen	8,90	51:09	5:44	2	3:18	9	7:21	42,40	3:57:35	5:36	2	17:00	11	29:08
Overhaverbeck	10,80	1:07:26	6:14	2	6:46	7	12:06	53,20	5:05:01	5:44	2	23:46	9	41:14
Undeloh	6,90	46:04	6:40	4	5:48	14	8:22	60,10	5:51:05	5:50	2	29:34	8	49:36
Egestorf	9,20	1:13:33	7:59	4	16:41	22	20:03	69,30	7:04:38	6:07	2	46:15	9	1:09:39
Salzhausen	10,70	1:36:15	8:59	8	28:02	31	32:06	80,00	8:40:53	6:30	4	1:14:17	15	1:41:45
Südergellersen	10,90	1:49:40	10:03	9	32:43	30	39:41	90,90	10:30:33	6:56	4	1:47:00	17	2:21:26
Sülzwiesen	9,10	1:18:01	8:34	6	18:04	28	1:18:01	100,00	11:48:34	7:05	4	2:05:04	18	2:40:22