



4. Internationaler Lüneburger Heide Ultra-Marathon

Lüneburg / 10.06.2023

Detailauswertung

Guido Giebert

Gesamt-Zeit: 12:21:44

Startnummer: 21

Geschwindigkeit: 8,09 km/h

Laufleistung: 7:25 min/km

Strecke: 100,00 km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 29 (von 63)

Ultra-Marathon Einzel

Strecken-Platzierung/Männer: 26 (von 51)

Bestzeit der Strecke: 9:08:12

Kategorie:

Kategorie-Platzierung: 5(von 9)

Senioren M50 (50-54 Jahre)

Bestzeit in der Kategorie: 10:27:50

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 | 1:01:10 | 5:56 | 5 | 4:20 | 23 | 7:21 | 10,30 | 1:01:10 | 5:56 | 5 | 4:20 | 23 | 7:21 |
| Amelinghausen | 13,80 | 1:21:47 | 5:55 | 4 | 5:11 | 23 | 15:38 | 24,10 | 2:22:57 | 5:55 | 3 | 9:31 | 20 | 22:46 |
| Schwindebeck | 9,40 | 58:28 | 6:13 | 5 | 4:24 | 23 | 14:00 | 33,50 | 3:21:25 | 6:00 | 5 | 13:55 | 22 | 36:46 |
| Bispingen | 8,90 | 59:31 | 6:41 | 4 | 6:47 | 23 | 15:43 | 42,40 | 4:20:56 | 6:09 | 4 | 20:42 | 22 | 52:29 |
| Overhaverbeck | 10,80 | 1:22:47 | 7:39 | 6 | 14:16 | 32 | 27:27 | 53,20 | 5:43:43 | 6:27 | 5 | 27:25 | 25 | 1:19:56 |
| Undeloh | 6,90 | 57:23 | 8:18 | 6 | 14:11 | 31 | 19:41 | 60,10 | 6:41:06 | 6:40 | 5 | 41:36 | 25 | 1:39:37 |
| Egestorf | 9,20 | 1:19:49 | 8:40 | 6 | 19:07 | 30 | 26:19 | 69,30 | 8:00:55 | 6:56 | 5 | 1:00:43 | 24 | 2:05:56 |
| Salzhausen | 10,70 | 1:25:00 | 7:56 | 5 | 18:57 | 21 | 20:51 | 80,00 | 9:25:55 | 7:04 | 5 | 1:12:23 | 24 | 2:26:47 |
| Südergellersen | 10,90 | 1:39:50 | 9:09 | 4 | 26:09 | 22 | 29:51 | 90,90 | 11:05:45 | 7:19 | 5 | 1:36:48 | 25 | 2:56:38 |
| Sülzwiesen | 9,10 | 1:15:59 | 8:20 | 6 | 17:06 | 26 | 1:15:59 | 100,00 | 12:21:44 | 7:25 | 5 | 1:53:54 | 26 | 3:13:32 |