



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