



4. Internationaler Lüneburger Heide Ultra-Marathon

Lüneburg / 10.06.2023

evaluación detallada

Go-Gö

tiempo total: 10:57:51

Dorsal: 203

velocidad: 9.12 km/h

rendimiento en carrera: 6:34 min/km

recorrido: 100.00 km

Ultra-Marathon 2er-Staffel

posición en el recorrido: 1 (de 4)

mejor tiempo del recorrido: 10:57:51

categoría:

posición en la categoría: 1(de 4)

2er Staffel

mejor tiempo en la categoría: 10:57:51

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score		Total score		Total km	Total tiempo	Total min/km	posición		retraso	
				posición	retraso	posición	retraso				posición	retraso		
Südergellersen	10.30	59:45	5:48	2	0:05	2	0:05	10.30	59:45	5:48	2	0:05	2	0:05
Amelinghausen	13.80	1:19:30	5:45	1	-	1	-	24.10	2:19:15	5:46	1	-	1	-
Schwindebeck	9.40	53:50	5:43	1	-	1	-	33.50	3:13:05	5:45	1	-	1	-
Bispingen	8.90	56:11	6:18	1	-	1	-	42.40	4:09:16	5:52	1	-	1	-
Overhaverbeck	10.80	1:12:38	6:43	1	-	1	-	53.20	5:21:54	6:03	1	-	1	-
Undeloh	6.90	43:13	6:15	3	6:23	3	6:23	60.10	6:05:07	6:04	1	-	1	-
Egestorf	9.20	1:01:00	6:37	2	1:33	2	1:33	69.30	7:06:07	6:08	1	-	1	-
Salzhausen	10.70	1:13:49	6:53	1	-	1	-	80.00	8:19:56	6:14	1	-	1	-
Südergellersen	10.90	1:23:06	7:37	1	-	1	-	90.90	9:43:02	6:24	1	-	1	-
Sülzwiesen	9.10	1:14:49	8:13	2	1:43	2	1:43	100.00	10:57:51	6:34	1	-	1	-