



## 4. Internationaler Lüneburger Heide Ultra-Marathon

Lüneburg / 10.06.2023

### evaluación detallada

Feetu Nyrhinen

tiempo total: 13:03:27

Dorsal: 45

velocidad: 7.66 km/h

rendimiento en carrera: 7:50 min/km

recorrido: 100.00 km

posición en el recorrido/Total: 35 (de 63)

Ultra-Marathon Einzel

posición en el recorrido/Men: 30 (de 51)

mejor tiempo del recorrido: 9:08:12

categoría:

posición en la categoría: 5(de 10)

Senioren M45 (45-49 Jahre)

mejor tiempo en la categoría: 10:45:12

### tiempos parciales

### stage score

### Total score

control	etapa	etapa	etapa	posició	retraso	posició	retraso	Total	Total	Total	posició	retraso	posició	retraso
	km	tiempo	min/km	categoría	categoría	Men	Men				km	tiempo	min/km	categoría
Südergellersen	10.30	1:05:05	6:19	7	11:13	32	11:16	10.30	1:05:05	6:19	7	11:13	32	11:16
Amelinghausen	13.80	1:31:16	6:36	7	20:58	38	25:07	24.10	2:36:21	6:29	6	32:11	33	36:10
Schwindebeck	9.40	59:15	6:18	5	10:26	27	14:47	33.50	3:35:36	6:26	5	42:37	29	50:57
Bispingen	8.90	59:53	6:43	5	10:44	24	16:05	42.40	4:35:29	6:29	5	52:18	28	1:07:02
Overhaverbeck	10.80	1:20:35	7:27	5	14:15	28	25:15	53.20	5:56:04	6:41	5	58:41	28	1:32:17
Undeloh	6.90	1:08:08	9:52	8	24:48	43	30:26	60.10	7:04:12	7:03	7	1:23:29	34	2:02:43
Egestorf	9.20	1:19:39	8:39	6	12:35	29	26:09	69.30	8:23:51	7:16	6	1:36:04	30	2:28:52
Salzhausen	10.70	1:30:49	8:29	4	14:46	27	26:40	80.00	9:54:40	7:25	5	1:50:50	30	2:55:32
Südergellersen	10.90	1:38:38	9:02	4	18:51	21	28:39	90.90	11:33:18	7:37	5	1:57:44	30	3:24:11
Sülzwiesen	9.10	1:30:09	9:54	5	30:35	34	1:30:09	100.00	13:03:27	7:50	5	2:18:15	30	3:55:15