



# 4. Internationaler Lüneburger Heide Ultra-Marathon

Lüneburg / 10.06.2023

## evaluación detallada

Kathrin Drissen

tiempo total: 14:55:49

Dorsal: 12

velocidad: 6.70 km/h

rendimiento en carrera: 8:57 min/km

recorrido: 100.00 km

posición en el recorrido/Total: 50 (de 63)

Ultra-Marathon Einzel

posición en el recorrido/Women: 10 (de 12)

mejor tiempo del recorrido: 10:37:59

categoría:

posición en la categoría: 3(de 3)

Seniorinnen W50 (50-54 Jahre)

mejor tiempo en la categoría: 12:34:55

## tiempos parciales

## stage score

## Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso categoría	posición Women	retraso Women	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso categoría	posición Women	retraso Women
Südergellersen	10.30	1:17:23	7:30	3	16:14	11	16:55	10.30	1:17:23	7:30	3	16:14	11	16:55
Amelinghausen	13.80	1:52:15	8:08	3	30:28	12	31:49	24.10	3:09:38	7:52	3	46:42	12	48:44
Schwindebeck	9.40	1:19:28	8:27	2	21:44	11	22:23	33.50	4:29:06	8:01	3	1:08:26	12	1:10:08
Bispingen	8.90	1:22:08	9:13	3	23:45	10	29:50	42.40	5:51:14	8:17	3	1:32:11	12	1:39:58
Overhaverbeck	10.80	1:44:11	9:38	3	31:04	10	35:48	53.20	7:35:25	8:33	3	1:58:15	12	2:11:56
Undeloh	6.90	1:06:01	9:34	3	18:16	10	21:38	60.10	8:41:26	8:40	3	2:09:47	11	2:33:34
Egestorf	9.20	1:34:42	10:17	3	23:22	10	32:39	69.30	10:16:08	8:53	3	2:13:57	10	3:03:09
Salzhausen	10.70	1:43:43	9:41	3	25:14	9	31:28	80.00	11:59:51	8:59	3	2:20:02	10	3:34:37
Südergellersen	10.90	1:40:15	9:11	2	0:12	5	27:04	90.90	13:40:06	9:01	3	2:20:14	10	4:01:41
Sülzwiesen	9.10	1:15:43	8:19	2	0:40	7	1:15:43	100.00	14:55:49	8:57	3	2:20:54	10	4:17:50