



### 3. Lüneburger Heide Staffellauf und Ultra-Marathon

Lüneburg / 18.06.2022

#### Exploitation détaillée

**Moch Nils**

**Temps total: 11:54:55**

Association: World's Best Family & Sparkasse Lüneburg  
Dossard: 82

Vitesse: 8.39 km/h  
Kilométrage: 07:09 min/km

Circuit: 100.00 km  
Ultra-Marathon

Place par parcours/Total: 25 (de 102)  
Place par parcours/Hommes: 23 (de 86)  
Meilleur temps dans le parcours: 8:42:41

Catégorie:  
Senioren M40 (40-44 Jahre)

Place par catégorie: 5(de 11)  
Meilleur temps dans la catégorie: 8:42:41

#### Temps intermédiaires

#### Résultats d'étape

#### Résultat total

Poste	Etape		Etape	Place	Retard	Place		Retard	Total		Place	Retard	Place	Retard
	km	Temps				min/km	catg.		catg.Homme	Hommes				
Südergellersen	10.30	59:32	5:46	6	8:33	31	11:35	10.30	59:32	5:46	6	8:33	31	11:35
Amelinghausen	13.80	1:21:08	5:52	5	13:54	24	16:56	24.10	2:20:40	5:50	5	22:26	29	28:25
Schwindebeck	9.40	57:35	6:07	5	10:46	28	13:41	33.50	3:18:15	5:55	6	50:40	29	1:00:55
Bispingen	8.90	56:41	6:22	5	12:29	22	14:39	42.40	4:14:56	6:00	6	1:47:21	29	1:57:36
Overhaverbeck	10.80	1:10:56	6:34	4	17:16	18	17:16	53.20	5:25:52	6:07	4	57:56	19	1:11:30
Undeloh	6.90	48:52	7:04	4	14:16	16	14:16	60.10	6:14:44	6:14	5	1:12:11	22	1:17:45
Egestorf	9.20	1:14:56	8:08	6	25:20	22	25:20	69.30	7:29:40	6:29	4	1:37:31	17	1:37:31
Salzhausen	10.70	1:38:28	9:12	6	41:01	39	41:01	80.00	9:08:08	6:51	5	2:15:53	22	2:15:53
Südergellersen	10.90	1:36:26	8:50	5	32:15	30	32:15	90.90	10:44:34	7:05	5	2:48:08	23	2:48:08
Sülzwiesen	9.10	1:10:21	7:43	5	24:06	30	24:06	100.00	11:54:55	7:08	5	3:12:14	23	3:12:14