



4. Internationaler Lüneburger Heide Ultra-Marathon

Lüneburg / 10.06.2023

Exploitation détaillée

Schule Marienau... läuft!

Association: Schule Marienau e.V.
Dossard: 326

Circuit: 100.00 km

Ultra-Marathon 5-10er Staffel

Catégorie:

5-10er Staffel

Temps total: 8:23:28

Vitesse: 11.92 km/h

Kilométrage: 5:02 min/km

Place par parcours: 3 (de 28)

Meilleur temps dans le parcours: 7:25:02

Place par catégorie: 3(de 28)

Meilleur temps dans la catégorie: 7:25:02

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

| Poste | Etape | | Etape | | Etape | | Place | | Retard | | Place | | Retard | | Total | | Total | | Total | | Place | | Retard | | Place | | Retard | | | | |
|----------------|-------|---------|--------|-------|-------|-------|-------|--------|---------|------|-------|--------|--------|-------|-------|-------|--------|---------|--------|-------|-------|-------|--------|----|-------|--------|--------|-------|-------|-------|-------|
| | km | Temps | min/km | catg. | catg. | Total | Total | Total | Total | km | Temps | min/km | catg. | catg. | Total | Total | km | Temps | min/km | catg. | catg. | Total | Total | km | Temps | min/km | catg. | catg. | Total | Total | |
| Südergellersen | 10.30 | 44:59 | 4:22 | 3 | 4:30 | 3 | 4:30 | 10.30 | 44:59 | 4:22 | 3 | 4:30 | 3 | 4:30 | 3 | 4:30 | 10.30 | 44:59 | 4:22 | 3 | 4:30 | 3 | 4:30 | 3 | 4:30 | 3 | 4:30 | 3 | 4:30 | 3 | 4:30 |
| Amelinghausen | 13.80 | 1:01:06 | 4:25 | 4 | 8:52 | 4 | 8:52 | 24.10 | 1:46:05 | 4:24 | 3 | 9:56 | 3 | 9:56 | 3 | 9:56 | 24.10 | 1:46:05 | 4:24 | 3 | 9:56 | 3 | 9:56 | 3 | 9:56 | 3 | 9:56 | 3 | 9:56 | 3 | 9:56 |
| Schwindebeck | 9.40 | 48:10 | 5:07 | 5 | 6:40 | 5 | 6:40 | 33.50 | 2:34:15 | 4:36 | 3 | 8:56 | 3 | 8:56 | 3 | 8:56 | 33.50 | 2:34:15 | 4:36 | 3 | 8:56 | 3 | 8:56 | 3 | 8:56 | 3 | 8:56 | 3 | 8:56 | 3 | 8:56 |
| Bispingen | 8.90 | 42:20 | 4:45 | 5 | 8:54 | 5 | 8:54 | 42.40 | 3:16:35 | 4:38 | 3 | 17:50 | 3 | 17:50 | 3 | 17:50 | 42.40 | 3:16:35 | 4:38 | 3 | 17:50 | 3 | 17:50 | 3 | 17:50 | 3 | 17:50 | 3 | 17:50 | 3 | 17:50 |
| Overhaverbeck | 10.80 | 47:00 | 4:21 | 2 | 3:24 | 2 | 3:24 | 53.20 | 4:03:35 | 4:34 | 3 | 21:14 | 3 | 21:14 | 3 | 21:14 | 53.20 | 4:03:35 | 4:34 | 3 | 21:14 | 3 | 21:14 | 3 | 21:14 | 3 | 21:14 | 3 | 21:14 | 3 | 21:14 |
| Undeloh | 6.90 | 40:32 | 5:52 | 11 | 9:47 | 11 | 9:47 | 60.10 | 4:44:07 | 4:43 | 3 | 28:21 | 3 | 28:21 | 3 | 28:21 | 60.10 | 4:44:07 | 4:43 | 3 | 28:21 | 3 | 28:21 | 3 | 28:21 | 3 | 28:21 | 3 | 28:21 | 3 | 28:21 |
| Egestorf | 9.20 | 55:43 | 6:03 | 15 | 14:38 | 15 | 14:38 | 69.30 | 5:39:50 | 4:54 | 3 | 41:14 | 3 | 41:14 | 3 | 41:14 | 69.30 | 5:39:50 | 4:54 | 3 | 41:14 | 3 | 41:14 | 3 | 41:14 | 3 | 41:14 | 3 | 41:14 | 3 | 41:14 |
| Salzhausen | 10.70 | 47:13 | 4:24 | 4 | 2:55 | 4 | 2:55 | 80.00 | 6:27:03 | 4:50 | 3 | 39:34 | 3 | 39:34 | 3 | 39:34 | 80.00 | 6:27:03 | 4:50 | 3 | 39:34 | 3 | 39:34 | 3 | 39:34 | 3 | 39:34 | 3 | 39:34 | 3 | 39:34 |
| Südergellersen | 10.90 | 1:00:14 | 5:31 | 10 | 19:15 | 10 | 19:15 | 90.90 | 7:27:17 | 4:55 | 3 | 46:33 | 3 | 46:33 | 3 | 46:33 | 90.90 | 7:27:17 | 4:55 | 3 | 46:33 | 3 | 46:33 | 3 | 46:33 | 3 | 46:33 | 3 | 46:33 | 3 | 46:33 |
| Sülzwiesen | 9.10 | 56:11 | 6:10 | 20 | 21:27 | 20 | 21:27 | 100.00 | 8:23:28 | 5:02 | 3 | 58:26 | 3 | 58:26 | 3 | 58:26 | 100.00 | 8:23:28 | 5:02 | 3 | 58:26 | 3 | 58:26 | 3 | 58:26 | 3 | 58:26 | 3 | 58:26 | 3 | 58:26 |