



## 4. Internationaler Lüneburger Heide Ultra-Marathon

Lüneburg / 10.06.2023

### Exploitation détaillée

#### Die Rötzis

Association: ohne

Dossard: 201

Circuit: 100.00 km

Ultra-Marathon 2er-Staffel

Catégorie:

2er Staffel

Temps total: 14:06:29

Vitesse: 7.09 km/h

Kilométrage: 8:27 min/km

Place par parcours: 4 (de 4)

Meilleur temps dans le parcours: 10:57:51

Place par catégorie: 4(de 4)

Meilleur temps dans la catégorie: 10:57:51

#### Temps intermédiaires

#### Résultats d'étape

#### Résultat total

Poste	Etape		Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place		Retard Total	Total		Place catg.	Retard catg.	Place		Retard Total
	km	Temps				Total	Total		km	Temps			Total	Total	
Südergellersen	10.30	1:12:25	7:01	4	12:45	4	12:45	10.30	1:12:25	7:01	4	12:45	4	12:45	
Amelinghausen	13.80	1:37:54	7:05	4	18:24	4	18:24	24.10	2:50:19	7:04	4	31:04	4	31:04	
Schwindebeck	9.40	1:16:45	8:09	4	22:55	4	22:55	33.50	4:07:04	7:22	4	53:59	4	53:59	
Bispingen	8.90	1:21:45	9:11	4	25:34	4	25:34	42.40	5:28:49	7:45	4	1:19:33	4	1:19:33	
Overhaverbeck	10.80	1:41:41	9:24	4	29:03	4	29:03	53.20	7:10:30	8:05	4	1:48:36	4	1:48:36	
Undeloh	6.90	55:06	7:59	4	18:16	4	18:16	60.10	8:05:36	8:04	4	2:00:29	4	2:00:29	
Egestorf	9.20	1:17:26	8:25	4	17:59	4	17:59	69.30	9:23:02	8:07	4	2:16:55	4	2:16:55	
Salzhausen	10.70	1:33:38	8:45	4	19:49	4	19:49	80.00	10:56:40	8:12	4	2:36:44	4	2:36:44	
Südergellersen	10.90	1:42:08	9:22	4	19:02	4	19:02	90.90	12:38:48	8:20	4	2:55:46	4	2:55:46	
Sülzwiesen	9.10	1:27:41	9:38	4	14:35	4	14:35	100.00	14:06:29	8:27	4	3:08:38	4	3:08:38	