



4. Internationaler Lüneburger Heide Ultra-Marathon

Lüneburg / 10.06.2023

Exploitation détaillée

Friederika Batschko

Temps total: 12:36:53

Dossard: 5

Vitesse: 7.93 km/h

Kilométrage: 7:34 min/km

Circuit: 100.00 km

Place par parcours/Total: 31 (de 63)

Ultra-Marathon Einzel

Place par parcours/Femmes: 5 (de 12)

Meilleur temps dans le parcours: 10:37:59

Catégorie:

Place par catégorie: 2(de 2)

Frauen (20-29 Jahre)

Meilleur temps dans la catégorie: 10:37:59

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

| Poste | Etape | | | Place Retard | | | | Total | | | Place Retard | | | |
|----------------|-------|---------|--------|--------------|-------|-------|---------|--------|----------|--------|--------------|---------|-------|---------|
| | km | Temps | min/km | catg. | catg. | Femme | Femmes | km | Temps | min/km | catg. | catg. | Femme | Femmes |
| Südergellersen | 10.30 | 1:10:04 | 6:48 | 2 | 7:41 | 8 | 9:36 | 10.30 | 1:10:04 | 6:48 | 2 | 7:41 | 8 | 9:36 |
| Amelinghausen | 13.80 | 1:33:04 | 6:44 | 2 | 11:08 | 7 | 12:38 | 24.10 | 2:43:08 | 6:46 | 2 | 18:49 | 6 | 22:14 |
| Schwindebeck | 9.40 | 1:04:05 | 6:49 | 2 | 7:00 | 5 | 7:00 | 33.50 | 3:47:13 | 6:46 | 2 | 25:49 | 5 | 28:15 |
| Bispingen | 8.90 | 1:02:22 | 7:00 | 2 | 7:09 | 6 | 10:04 | 42.40 | 4:49:35 | 6:49 | 2 | 32:58 | 5 | 38:19 |
| Overhaverbeck | 10.80 | 1:17:19 | 7:09 | 2 | 8:56 | 4 | 8:56 | 53.20 | 6:06:54 | 6:53 | 2 | 41:54 | 5 | 43:25 |
| Undeloh | 6.90 | 56:23 | 8:10 | 2 | 10:27 | 7 | 12:00 | 60.10 | 7:03:17 | 7:02 | 2 | 52:21 | 5 | 55:25 |
| Egestorf | 9.20 | 1:12:47 | 7:54 | 2 | 10:44 | 4 | 10:44 | 69.30 | 8:16:04 | 7:09 | 2 | 1:03:05 | 5 | 1:03:05 |
| Salzhausen | 10.70 | 1:21:39 | 7:37 | 2 | 9:24 | 4 | 9:24 | 80.00 | 9:37:43 | 7:13 | 2 | 1:12:29 | 4 | 1:12:29 |
| Südergellersen | 10.90 | 1:41:36 | 9:19 | 2 | 28:25 | 6 | 28:25 | 90.90 | 11:19:19 | 7:28 | 2 | 1:40:54 | 4 | 1:40:54 |
| Sülzwiesen | 9.10 | 1:17:34 | 8:31 | 2 | 18:00 | 8 | 1:17:34 | 100.00 | 12:36:53 | 7:34 | 2 | 1:58:54 | 5 | 1:58:54 |