



# 4. Internationaler Lüneburger Heide Ultra-Marathon

Lüneburg / 10.06.2023

## Exploitation détaillée

**Gordian Kater**

Association: TSV Fuhlen

Dossard: 28

Circuit: 100.00 km

Ultra-Marathon Einzel

Catégorie:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

Temps total: 12:58:59

Vitesse: 7.70 km/h

Kilométrage: 7:47 min/km

Place par parcours/Total: 34 (de 63)

Place par parcours/Hommes: 29 (de 51)

Meilleur temps dans le parcours: 9:08:12

Place par catégorie: 7(de 9)

Meilleur temps dans la catégorie: 9:43:30

### 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.	Hommes	Hommes	catg.	catg.	Hommes	Hommes	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	catg.	catg.	Hommes	Hommes		
Südergellersen	10.30	1:03:33	6:10	7	9:44	28	9:44	10.30	1:03:33	6:10	7	9:44	28	9:44	10.30	1:03:33	6:10	7	9:44	28	9:44	7	9:44	28	9:44			
Amelinghausen	13.80	1:24:15	6:06	6	13:54	27	18:06	24.10	2:27:48	6:07	7	23:38	29	27:37	24.10	2:27:48	6:07	7	23:38	29	27:37	7	23:38	29	27:37			
Schwindebeck	9.40	58:34	6:13	6	10:00	24	14:06	33.50	3:26:22	6:09	6	33:38	26	41:43	33.50	3:26:22	6:09	6	33:38	26	41:43	6	33:38	26	41:43			
Bispingen	8.90	1:00:46	6:49	7	12:55	28	16:58	42.40	4:27:08	6:18	7	46:33	26	58:41	42.40	4:27:08	6:18	7	46:33	26	58:41	7	46:33	26	58:41			
Overhaverbeck	10.80	1:18:32	7:16	7	17:52	23	23:12	53.20	5:45:40	6:29	7	1:04:25	26	1:21:53	53.20	5:45:40	6:29	7	1:04:25	26	1:21:53	7	1:04:25	26	1:21:53			
Undeloh	6.90	1:00:10	8:43	8	19:54	35	22:28	60.10	6:45:50	6:45	7	1:24:19	26	1:44:21	60.10	6:45:50	6:45	7	1:24:19	26	1:44:21	7	1:24:19	26	1:44:21			
Egestorf	9.20	1:22:16	8:56	7	25:24	31	28:46	69.30	8:08:06	7:02	7	1:49:43	25	2:13:07	69.30	8:08:06	7:02	7	1:49:43	25	2:13:07	7	1:49:43	25	2:13:07			
Salzhausen	10.70	1:30:47	8:29	6	22:34	26	26:38	80.00	9:38:53	7:14	7	2:12:17	27	2:39:45	80.00	9:38:53	7:14	7	2:12:17	27	2:39:45	7	2:12:17	27	2:39:45			
Südergellersen	10.90	1:47:26	9:51	8	30:29	29	37:27	90.90	11:26:19	7:33	7	2:42:46	27	3:17:12	90.90	11:26:19	7:33	7	2:42:46	27	3:17:12	7	2:42:46	27	3:17:12			
Sülzwiesen	9.10	1:32:40	10:10	9	32:43	35	1:32:40	100.00	12:58:59	7:47	7	3:15:29	29	3:50:47	100.00	12:58:59	7:47	7	3:15:29	29	3:50:47	7	3:15:29	29	3:50:47			