



4. Internationaler Lüneburger Heide Ultra-Marathon

Lüneburg / 10.06.2023

Exploitation détaillée

Sven Lehmann

Association: Tide Runners Hamburg

Dossard: 37

Circuit: 100.00 km

Ultra-Marathon Einzel

Catégorie:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

Temps total: 15:04:47

Vitesse: 6.63 km/h

Kilométrage: 9:02 min/km

Place par parcours/Total: 51 (de 63)

Place par parcours/Hommes: 41 (de 51)

Meilleur temps dans le parcours: 9:08:12

Place par catégorie: 9(de 9)

Meilleur temps dans la catégorie: 10:27:50

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

| Poste | Etape | | | Résultats d'étape | | | | Résultat total | | | | | | |
|----------------|----------|-------------|--------------|-------------------|--------------|------------|-------------|----------------|-------------|--------------|-------------|--------------|------------|-------------|
| | Etape km | Etape Temps | Etape min/km | Place catg. | Retard catg. | Place Homm | Retard Homm | Total km | Total Temps | Total min/km | Place catg. | Retard catg. | Place Homm | Retard Homm |
| Südergellersen | 10.30 | 1:06:38 | 6:28 | 8 | 9:48 | 35 | 12:49 | 10.30 | 1:06:38 | 6:28 | 8 | 9:48 | 35 | 12:49 |
| Amelinghausen | 13.80 | 1:31:29 | 6:37 | 8 | 14:53 | 39 | 25:20 | 24.10 | 2:38:07 | 6:33 | 8 | 24:41 | 36 | 37:56 |
| Schwindebeck | 9.40 | 1:15:34 | 8:02 | 8 | 21:30 | 48 | 31:06 | 33.50 | 3:53:41 | 6:58 | 7 | 46:11 | 42 | 1:09:02 |
| Bispingen | 8.90 | 1:18:46 | 8:51 | 9 | 26:02 | 46 | 34:58 | 42.40 | 5:12:27 | 7:22 | 8 | 1:12:13 | 45 | 1:44:00 |
| Overhaverbeck | 10.80 | 1:47:17 | 9:56 | 9 | 38:46 | 46 | 51:57 | 53.20 | 6:59:44 | 7:53 | 9 | 1:43:26 | 46 | 2:35:57 |
| Undeloh | 6.90 | 1:09:04 | 10:00 | 8 | 25:52 | 44 | 31:22 | 60.10 | 8:08:48 | 8:07 | 9 | 2:09:18 | 44 | 3:07:19 |
| Egestorf | 9.20 | 1:40:37 | 10:56 | 8 | 39:55 | 42 | 47:07 | 69.30 | 9:49:25 | 8:30 | 9 | 2:49:13 | 45 | 3:54:26 |
| Salzhausen | 10.70 | 1:48:56 | 10:10 | 7 | 42:53 | 37 | 44:47 | 80.00 | 11:38:21 | 8:43 | 9 | 3:24:49 | 43 | 4:39:13 |
| Südergellersen | 10.90 | 1:51:39 | 10:14 | 7 | 37:58 | 34 | 41:40 | 90.90 | 13:30:00 | 8:54 | 9 | 4:01:03 | 41 | 5:20:53 |
| Sülzwiesen | 9.10 | 1:34:47 | 10:24 | 8 | 35:54 | 38 | 1:34:47 | 100.00 | 15:04:47 | 9:02 | 9 | 4:36:57 | 41 | 5:56:35 |