



# 4. Internationaler Lüneburger Heide Ultra-Marathon

Lüneburg / 10.06.2023

## Exploitation détaillée

Patricia Kusatz

Temps total: 12:34:55

Dossard: 36

Vitesse: 7.95 km/h

Kilométrage: 7:32 min/km

Circuit: 100.00 km

Place par parcours/Total: 30 (de 63)

Ultra-Marathon Einzel

Place par parcours/Femmes: 4 (de 12)

Meilleur temps dans le parcours: 10:37:59

Catégorie:

Place par catégorie: 1(de 3)

Seniorinnen W50 (50-54 Jahre)

Meilleur temps dans la catégorie: 12:34:55

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Etape		Etape min/km	Place catg.	Retard		Place catg.	Retard Femmes	Total		Total min/km	Place catg.	Retard		Place catg.	Retard Femmes
	km	Temps			catg.Femme	Femmes			km	Temps			catg.Femme	Femmes		
Südergellersen	10.30	1:03:23	6:09	2	2:14	5	2:55		10.30	1:03:23	6:09	2	2:14	5	2:55	
Amelinghausen	13.80	1:25:55	6:13	2	4:08	6	5:29		24.10	2:29:18	6:11	2	6:22	5	8:24	
Schwindebeck	9.40	1:38:51	10:30	3	41:07	12	41:46		33.50	4:08:09	7:24	2	47:29	10	49:11	
Bispingen	8.90	1:00:59	6:51	2	2:36	5	8:41		42.40	5:09:08	7:17	2	50:05	7	57:52	
Overhaverbeck	10.80	1:13:07	6:46	1	-	3	4:44		53.20	6:22:15	7:11	2	45:05	6	58:46	
Undeloh	6.90	47:45	6:55	1	-	3	3:22		60.10	7:10:00	7:09	2	38:21	6	1:02:08	
Egestorf	9.20	1:11:20	7:45	1	-	3	9:17		69.30	8:21:20	7:14	2	19:09	6	1:08:21	
Salzhausen	10.70	1:18:29	7:20	1	-	3	6:14		80.00	9:39:49	7:14	1	-	5	1:14:35	
Südergellersen	10.90	1:40:03	9:10	1	-	4	26:52		90.90	11:19:52	7:28	1	-	5	1:41:27	
Sülzwiesen	9.10	1:15:03	8:14	1	-	5	1:15:03		100.00	12:34:55	7:32	1	-	4	1:56:56	