



4. Internationaler Lüneburger Heide Ultra-Marathon

Lüneburg / 10.06.2023

Detalizēti rezultāti

Lauffreff TuS Hohnstorf

Klubs: Lauffreff TuS Hohnstorf

Numurs: 317

Posms: 100.00 km

Ultra-Marathon 5-10er Staffel

Grupa:

5-10er Staffel

Kopējais laiks: 9:16:33

Ātrums: 10.78 km/h

Skrējiena izpildījums: 5:33 min/km

Vieta distancē: 10 (no 28)

Distances labākais laiks: 7:25:02

Vieta grupā: 10(no 28)

Grupas labākais laiks: 7:25:02

Vidējie laiki

Posma rezultāts

Kopējais rezultāts

| Kontrolpunkts | Posma rezultāts | | | Kopējais rezultāts | | | | | | | | | | |
|----------------|-----------------|-------------|--------------|---------------------|---------------------|-----------|-----------|-----------|---------------------|---------------------|-----------|-----------|----|---------|
| | Posma km | Posma Laiks | Posma min/km | Vietāztrūkums grupā | Vietāztrūkums grupā | Kopā Kopā | Kopā Kopā | Kopā Kopā | Vietāztrūkums grupā | Vietāztrūkums grupā | Kopā Kopā | Kopā Kopā | | |
| Südergellersen | 10.30 | 52:31 | 5:05 | 9 | 12:02 | 9 | 12:02 | 10.30 | 52:31 | 5:05 | 9 | 12:02 | 9 | 12:02 |
| Amelinghausen | 13.80 | 1:17:27 | 5:36 | 17 | 25:13 | 17 | 25:13 | 24.10 | 2:09:58 | 5:23 | 13 | 33:49 | 13 | 33:49 |
| Schwindebeck | 9.40 | 54:57 | 5:50 | 16 | 13:27 | 16 | 13:27 | 33.50 | 3:04:55 | 5:31 | 11 | 39:36 | 11 | 39:36 |
| Bispingen | 8.90 | 52:27 | 5:53 | 13 | 19:01 | 13 | 19:01 | 42.40 | 3:57:22 | 5:35 | 12 | 58:37 | 12 | 58:37 |
| Overhaverbeck | 10.80 | 52:34 | 4:52 | 6 | 8:58 | 6 | 8:58 | 53.20 | 4:49:56 | 5:26 | 10 | 1:07:35 | 10 | 1:07:35 |
| Undeloh | 6.90 | 35:16 | 5:06 | 6 | 4:31 | 6 | 4:31 | 60.10 | 5:25:12 | 5:24 | 9 | 1:09:26 | 9 | 1:09:26 |
| Egestorf | 9.20 | 55:33 | 6:02 | 14 | 14:28 | 14 | 14:28 | 69.30 | 6:20:45 | 5:29 | 9 | 1:22:09 | 9 | 1:22:09 |
| Salzhausen | 10.70 | 49:38 | 4:38 | 8 | 5:20 | 8 | 5:20 | 80.00 | 7:10:23 | 5:22 | 9 | 1:22:54 | 9 | 1:22:54 |
| Südergellersen | 10.90 | 1:18:23 | 7:11 | 25 | 37:24 | 25 | 37:24 | 90.90 | 8:28:46 | 5:35 | 10 | 1:48:02 | 10 | 1:48:02 |
| Sülzwiesen | 9.10 | 47:47 | 5:15 | 9 | 13:03 | 9 | 13:03 | 100.00 | 9:16:33 | 5:33 | 10 | 1:51:31 | 10 | 1:51:31 |