



4. Internationaler Lüneburger Heide Ultra-Marathon

Lüneburg / 10.06.2023

Detalizēti rezultāti

EnsektUS

Klubs: Enactus e.V. Lüneburg

Numurs: 306

Posms: 100.00 km

Ultra-Marathon 5-10er Staffel

Grupa:

5-10er Staffel

Kopējais laiks: 9:21:31

Ātrums: 10.69 km/h

Skrējiena izpildījums: 5:36 min/km

Vieta distancē: 11 (no 28)

Distances labākais laiks: 7:25:02

Vieta grupā: 11(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 km | Kopā Laiks | Kopā min/km | Vietāztrūkums grupā | Vietāztrūkums grupā | Kopā km | Kopā Laiks | | |
| Südergellersen | 10.30 | 52:00 | 5:02 | 8 | 11:31 | 8 | 11:31 | 10.30 | 52:00 | 5:02 | 8 | 11:31 | 8 | 11:31 |
| Amelinghausen | 13.80 | 1:04:18 | 4:39 | 5 | 12:04 | 5 | 12:04 | 24.10 | 1:56:18 | 4:49 | 5 | 20:09 | 5 | 20:09 |
| Schwindebeck | 9.40 | 58:47 | 6:15 | 18 | 17:17 | 18 | 17:17 | 33.50 | 2:55:05 | 5:13 | 8 | 29:46 | 8 | 29:46 |
| Bispingen | 8.90 | 53:21 | 5:59 | 14 | 19:55 | 14 | 19:55 | 42.40 | 3:48:26 | 5:23 | 10 | 49:41 | 10 | 49:41 |
| Overhaverbeck | 10.80 | 50:09 | 4:38 | 4 | 6:33 | 4 | 6:33 | 53.20 | 4:38:35 | 5:14 | 7 | 56:14 | 7 | 56:14 |
| Undeloh | 6.90 | 35:15 | 5:06 | 5 | 4:30 | 5 | 4:30 | 60.10 | 5:13:50 | 5:13 | 8 | 58:04 | 8 | 58:04 |
| Egestorf | 9.20 | 57:50 | 6:17 | 18 | 16:45 | 18 | 16:45 | 69.30 | 6:11:40 | 5:21 | 8 | 1:13:04 | 8 | 1:13:04 |
| Salzhausen | 10.70 | 1:10:54 | 6:37 | 23 | 26:36 | 23 | 26:36 | 80.00 | 7:22:34 | 5:31 | 11 | 1:35:05 | 11 | 1:35:05 |
| Südergellersen | 10.90 | 1:07:51 | 6:13 | 17 | 26:52 | 17 | 26:52 | 90.90 | 8:30:25 | 5:36 | 11 | 1:49:41 | 11 | 1:49:41 |
| Sülzwiesen | 9.10 | 51:06 | 5:36 | 13 | 16:22 | 13 | 16:22 | 100.00 | 9:21:31 | 5:36 | 11 | 1:56:29 | 11 | 1:56:29 |