



4. Internationaler Lüneburger Heide Ultra-Marathon

Lüneburg / 10.06.2023

Detalizēti rezultāti

Martin Watzke

Klubs: TuS Lehmden

Numurs: 65

Posms: 100.00 km

Ultra-Marathon Einzel

Grupa:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

Kopējais laiks: 9:43:30

Ātrums: 10.28 km/h

Skrējiena izpildījums: 5:50 min/km

Vieta distancē/Kopā: 2 (no 63)

Vieta distancē/Vīrieši: 2 (no 51)

Distances labākais laiks: 9:08:12

Vieta grupā: 1(no 9)

Grupas labākais laiks: 9:43:30

Vidējie laiki

Posma rezultāts

Kopējais rezultāts

| Kontrolpunkts | Posma rezultāts | | | Kopējais rezultāts | | | | | | | | | | |
|----------------|-----------------|-------------|--------------|---------------------|---------------------|-----------------------|-----------------------|---------|------------|-------------|---------------------|---------------------|-----------------------|-----------------------|
| | Posma km | Posma Laiks | Posma min/km | Vietāztrūkums grupā | Vietāztrūkums grupā | Vietāztrūkums Vīrieši | Vietāztrūkums Vīrieši | Kopā km | Kopā Laiks | Kopā min/km | Vietāztrūkums grupā | Vietāztrūkums grupā | Vietāztrūkums Vīrieši | Vietāztrūkums Vīrieši |
| Südergellersen | 10.30 | 53:49 | 5:13 | 1 | - | 1 | - | 10.30 | 53:49 | 5:13 | 1 | - | 1 | - |
| Amelinghausen | 13.80 | 1:10:21 | 5:05 | 1 | - | 5 | 4:12 | 24.10 | 2:04:10 | 5:09 | 1 | - | 3 | 3:59 |
| Schwindebeck | 9.40 | 48:34 | 5:10 | 1 | - | 2 | 4:06 | 33.50 | 2:52:44 | 5:09 | 1 | - | 3 | 8:05 |
| Bispingen | 8.90 | 47:51 | 5:22 | 1 | - | 3 | 4:03 | 42.40 | 3:40:35 | 5:12 | 1 | - | 3 | 12:08 |
| Overhaverbeck | 10.80 | 1:00:40 | 5:37 | 1 | - | 3 | 5:20 | 53.20 | 4:41:15 | 5:17 | 1 | - | 3 | 17:28 |
| Undeloh | 6.90 | 40:16 | 5:50 | 1 | - | 3 | 2:34 | 60.10 | 5:21:31 | 5:20 | 1 | - | 2 | 20:02 |
| Egestorf | 9.20 | 56:52 | 6:10 | 1 | - | 3 | 3:22 | 69.30 | 6:18:23 | 5:27 | 1 | - | 2 | 23:24 |
| Salzhausen | 10.70 | 1:08:13 | 6:22 | 1 | - | 3 | 4:04 | 80.00 | 7:26:36 | 5:34 | 1 | - | 2 | 27:28 |
| Südergellersen | 10.90 | 1:16:57 | 7:03 | 1 | - | 6 | 6:58 | 90.90 | 8:43:33 | 5:45 | 1 | - | 2 | 34:26 |
| Sülzwiesen | 9.10 | 59:57 | 6:35 | 1 | - | 11 | 59:57 | 100.00 | 9:43:30 | 5:50 | 1 | - | 2 | 35:18 |