



# 4. Internationaler Lüneburger Heide Ultra-Marathon

Lüneburg / 10.06.2023

## Detalizēti rezultāti

**Ingo Gersbeck**

Klubs: SCC Berlin

Numurs: 20

Posms: 100.00 km

Ultra-Marathon Einzel

Grupa:

Senioren M60 (60-64 Jahre)

Kopējais laiks: 14:55:04

Ātrums: 6.70 km/h

Skrējiena izpildījums: 8:57 min/km

Vieta distancē/Kopā: 48 (no 63)

Vieta distancē/Vīrieši: 40 (no 51)

Distances labākais laiks: 9:08:12

Vieta grupā: 4(no 6)

Grupas labākais laiks: 11:58:27

## Vidējie laiki

## Posma rezultāts

## Kopējais rezultāts

Kontrolpunkts	Posma rezultāts			Kopējais rezultāts										
	Posma km	Posma Laiks	Posma min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums grupā	Vīrieši	Vīrieši	Kopā km	Kopā Laiks	Kopā min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums grupā	Vīrieši	Vīrieši
Südergellersen	10.30	1:09:52	6:46	3	6:28	42	16:03	10.30	1:09:52	6:46	3	6:28	42	16:03
Amelinghausen	13.80	1:39:09	7:11	4	15:03	47	33:00	24.10	2:49:01	7:00	4	21:31	46	48:50
Schwindebeck	9.40	1:15:13	8:00	5	18:06	47	30:45	33.50	4:04:14	7:17	4	39:37	45	1:19:35
Bispingen	8.90	1:25:50	9:38	5	27:45	48	42:02	42.40	5:30:04	7:47	5	1:07:22	48	2:01:37
Overhaverbeck	10.80	1:38:27	9:06	4	26:06	43	43:07	53.20	7:08:31	8:03	5	1:33:28	47	2:44:44
Undeloh	6.90	1:04:49	9:23	5	12:27	42	27:07	60.10	8:13:20	8:12	5	1:45:55	45	3:11:51
Egestorf	9.20	1:31:21	9:55	2	20:58	36	37:51	69.30	9:44:41	8:26	5	2:06:53	44	3:49:42
Salzhausen	10.70	1:44:50	9:47	3	13:07	35	40:41	80.00	11:29:31	8:37	4	2:20:00	42	4:30:23
Südergellersen	10.90	1:52:18	10:18	3	21:31	36	42:19	90.90	13:21:49	8:49	4	2:41:31	40	5:12:42
Sülzwiesen	9.10	1:33:15	10:14	3	15:06	36	1:33:15	100.00	14:55:04	8:57	4	2:56:37	40	5:46:52