



7nutslopet 2017
Gramstad / 09.09.2017

Detailauswertung

Helen Gilje Lavik

Verein: New Chance
Startnummer: 127

Strecke: 13,00 km
7nutsløpet

Kategorie:
Kvinne

Gesamt-Zeit: 2:00:15

Geschwindigkeit: 6,49 km/h
Laufleistung: 9:15 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 63 (von 155)
Strecken-Platzierung/Frauen: 11 (von 53)
Bestzeit der Strecke: 1:45:20

Kategorie-Platzierung: 11(von 53)
Bestzeit in der Kategorie: 1:45:20

Kontrolle	Teilstreckenwertung							Gesamtwertung						
	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Frauer	Rückst. Frauen	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Frauer	Rückst. Frauen
Fodgstadnuten	-	9:59	-	7	1:25	7	1:25	-	9:59	-	7	1:25	7	1:25
Dalsnuten	-	15:50	-	8	1:43	8	1:43	-	25:49	-	7	3:08	7	3:08
Øvre Eikenuten	-	11:24	-	7	0:45	7	0:45	-	37:13	-	7	3:19	7	3:19
Gramstad mellor	-	8:23	-	11	1:10	11	1:10	-	45:36	-	7	3:59	7	3:59
Kollirudla	-	11:31	-	13	1:36	13	1:36	-	57:07	-	8	5:12	8	5:12
Mattisrudlå	-	25:35	-	13	3:59	13	3:59	-	1:22:42	-	8	8:45	8	8:45
Bjørndalsfjellet	-	13:46	-	14	2:18	14	2:18	-	1:36:28	-	9	11:03	9	11:03
Gramstadtjønna	-	21:03	-	13	3:14	13	3:14	-	1:57:31	-	10	13:57	10	13:57
Finish	-	2:44	-	31	0:58	31	0:58	13,00	2:00:15	-	11	14:55	11	14:55