



7nutslopet 2017  
Gramstad / 09.09.2017

Detailauswertung

Ingvar Ørjan Omdal

Startnummer: 83

Strecke: 13,00 km

7nutsløpet

Kategorie:

Mann

Gesamt-Zeit: 3:00:29

Geschwindigkeit: 4,32 km/h

Laufleistung: 13:53 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 131 (von 155)

Strecken-Platzierung/Männer: 94 (von 102)

Bestzeit der Strecke: 1:23:07

Kategorie-Platzierung: 95(von 102)

Bestzeit in der Kategorie: 1:23:07

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split		Split min/km	Platz		Rückst.		Gesamt		Gesamt		Gesamt		Platz		Rückst.	
	km	Zeit		Kat.	Kat.	Männer	Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer			
Fodgstadnuten	-	11:57	-	88	5:08	88	5:08	-	11:57	-	88	5:08	88	5:08			
Dalsnuten	-	20:37	-	93	9:31	93	9:31	-	32:34	-	93	14:39	93	14:39			
Øvre Eikenuten	-	17:36	-	91	8:25	91	8:25	-	50:10	-	94	23:04	94	23:04			
Gramstad mellor	-	13:35	-	99	7:53	99	7:53	-	1:03:45	-	93	30:57	93	30:57			
Kollirudla	-	19:47	-	99	11:21	99	11:21	-	1:23:32	-	95	42:18	95	42:18			
Mattisrudlå	-	39:53	-	98	22:25	98	22:25	-	2:03:25	-	97	1:04:43	97	1:04:43			
Bjørndalsfjellet	-	23:38	-	98	14:06	98	14:06	-	2:27:03	-	97	1:18:49	97	1:18:49			
Gramstadtjønna	-	29:25	-	89	16:14	89	16:14	-	2:56:28	-	94	1:35:03	94	1:35:03			
Finish	-	4:01	-	98	2:29	98	2:29	13,00	3:00:29	-	96	1:37:22	96	1:37:22			