



Detailauswertung

Helge Lambrigtsen

Verein: Håbaklinikken
Startnummer: 39

Strecke: 5,00 km
3nutsløpet

Kategorie:
Menn

Gesamt-Zeit: 45:16

Geschwindigkeit: 6,63 km/h
Laufleistung: 9:04 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 6 (von 21)
Strecken-Platzierung/Männer: 5 (von 14)
Bestzeit der Strecke: 37:58

Kategorie-Platzierung: 5(von 14)
Bestzeit in der Kategorie: 37:58

Kontrolle	Teilstreckenwertung							Gesamtwertung						
	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer
Fodgstadnuten	-	9:18	-	4	1:22	4	1:22	-	9:18	-	4	1:22	4	1:22
Dalsnuten	-	15:50	-	4	2:20	4	2:20	-	25:08	-	4	3:42	4	3:42
Øvre Eikenuten	-	11:49	-	5	1:29	5	1:29	-	36:57	-	4	5:11	4	5:11
Finish	-	8:19	-	6	2:07	6	2:07	5,00	45:16	-	5	7:18	5	7:18