



7nutslopet 2017
Gramstad / 09.09.2017

Detailauswertung

Monica Førland

Verein: Godeset skole
Startnummer: 179

Strecke: 13,00 km
7nutsløpet

Kategorie:
Kvinne

Gesamt-Zeit: 2:54:43

Geschwindigkeit: 4,46 km/h
Laufleistung: 13:27 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 130 (von 155)

Strecken-Platzierung/Frauen: 37 (von 53)

Bestzeit der Strecke: 1:45:20

Kategorie-Platzierung: 37(von 53)

Bestzeit in der Kategorie: 1:45:20

Kontrolle	Zwischenzeiten							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	-	13:59	-	46	5:25	46	5:25	-	13:59	-	46	5:25	46	5:25	
Dalsnuten	-	22:05	-	39	7:58	39	7:58	-	36:04	-	41	13:23	41	13:23	
Øvre Eikenuten	-	19:10	-	35	8:31	35	8:31	-	55:14	-	40	21:20	40	21:20	
Gramstad mellor	-	11:47	-	36	4:34	36	4:34	-	1:07:01	-	38	25:24	38	25:24	
Kollirudla	-	14:35	-	37	4:40	37	4:40	-	1:21:36	-	36	29:41	36	29:41	
Mattisrudlå	-	35:59	-	36	14:23	36	14:23	-	1:57:35	-	35	43:38	35	43:38	
Bjørndalsfjellet	-	19:46	-	36	8:18	36	8:18	-	2:17:21	-	36	51:56	36	51:56	
Gramstadtjønna	-	34:34	-	39	16:45	39	16:45	-	2:51:55	-	37	1:08:21	37	1:08:21	
Finish	-	2:48	-	35	1:02	35	1:02	13,00	2:54:43	-	40	1:09:23	40	1:09:23	