



7nutslopet 2017  
Gramstad / 09.09.2017

Detailauswertung

Mikal Askeland

Verein: Aibel Haugesund  
Startnummer: 143

Strecke: 13,00 km  
7nutsløpet

Kategorie:  
Mann

Gesamt-Zeit: 1:41:56

Geschwindigkeit: 7,65 km/h  
Laufleistung: 7:51 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 20 (von 155)  
Strecken-Platzierung/Männer: 20 (von 102)  
Bestzeit der Strecke: 1:23:07

Kategorie-Platzierung: 21(von 102)  
Bestzeit in der Kategorie: 1:23:07

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	-	8:56	-	33	2:07	33	2:07	-	8:56	-	33	2:07	33	2:07
Dalsnuten	-	13:56	-	25	2:50	25	2:50	-	22:52	-	28	4:57	28	4:57
Øvre Eikenuten	-	10:48	-	26	1:37	26	1:37	-	33:40	-	25	6:34	25	6:34
Gramstad mellor	-	7:05	-	13	1:23	13	1:23	-	40:45	-	25	7:57	25	7:57
Kollirudla	-	9:57	-	23	1:31	23	1:31	-	50:42	-	26	9:28	26	9:28
Mattisrudlå	-	21:35	-	18	4:07	18	4:07	-	1:12:17	-	24	13:35	24	13:35
Bjørndalsfjellet	-	11:18	-	18	1:46	18	1:46	-	1:23:35	-	23	15:21	23	15:21
Gramstadtjønna	-	16:27	-	12	3:16	12	3:16	-	1:40:02	-	20	18:37	20	18:37
Finish	-	1:54	-	25	0:22	25	0:22	13,00	1:41:56	-	20	18:49	20	18:49