



Mellomtider Riska TrailRun

Riska / 20.05.2017

Detailauswertung

Marjo Liikanen

Verein: Lærdal Medical

Startnummer: 149

Strecke: 38,00 km

Trail Run

Kategorie:

kvinne

Gesamt-Zeit: 5:14:00

Geschwindigkeit: 7,26 km/h

Laufleistung: 8:16 min/km

Strecken-Platzierung: 28 (von 143)

Bestzeit der Strecke: 3:46:48

Kategorie-Platzierung: 3(von 25)

Bestzeit in der Kategorie: 4:52:24

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt						
	km	Zeit	min/km	Kat.	Rückst. Kat.	Platz	Rückst. Kat.	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Gesamt Platz	Rückst. Kat.
Dale	-	1:19:29	-	4	8:53	60	22:07	-	1:19:29	-	4	8:53	60	22:07
Hogstad	-	1:00:03	-	3	4:37	39	15:09	-	2:19:32	-	3	13:30	50	37:16
Storaberget	-	27:40	-	4	2:40	44	8:15	-	2:47:12	-	3	16:07	50	45:31
Myland	-	1:09:19	-	3	1:00:00	17	1:00:00	-	3:56:31	-	4	14:15	33	1:03:00
Vårlivarde	-	20:14	-	5	4:09	31	7:44	-	4:16:45	-	3	18:24	32	1:10:44
Lauvås	-	33:10	-	3	1:51	19	10:57	-	4:49:55	-	3	19:18	29	1:20:22
Finish	-	24:05	-	4	2:18	20	6:50	38,00	5:14:00	-	3	21:36	28	1:27:12