



Mellomtider Riska TrailRun

Riska / 20.05.2017

Detailauswertung

Kristian Haarr

Verein: Ganddal IL

Startnummer: 120

Strecke: 38,00 km

Trail Run

Kategorie:

mann

Gesamt-Zeit: 4:59:46

Geschwindigkeit: 7,61 km/h

Laufleistung: 7:54 min/km

Strecken-Platzierung: 14 (von 143)

Bestzeit der Strecke: 3:46:48

Kategorie-Platzierung: 12(von 118)

Bestzeit in der Kategorie: 3:46:48

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Teilstreckenwertung				Gesamtwertung						
	km	Zeit	min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Gesam	Rückst. Gesamt	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Gesam	Rückst. Gesamt
Dale	-	1:14:49	-	33	17:27	35	17:27	-	1:14:49	-	33	17:27	35	17:27
Hogstad	-	55:58	-	17	11:04	18	11:04	-	2:10:47	-	20	28:31	21	28:31
Storaberget	-	26:38	-	32	7:13	34	7:13	-	2:37:25	-	23	35:44	25	35:44
Myland	-	1:08:00	-	11	16:10	13	58:41	-	3:45:25	-	16	51:54	18	51:54
Vårlivarde	-	18:51	-	17	6:21	20	6:21	-	4:04:16	-	18	58:15	20	58:15
Lauvås	-	31:16	-	6	9:03	6	9:03	-	4:35:32	-	12	1:05:59	14	1:05:59
Finish	-	24:14	-	17	6:59	21	6:59	38,00	4:59:46	-	12	1:12:58	14	1:12:58