



# Mellomtider Riska TrailRun

Riska / 20.05.2017

## Detailauswertung

### Ketil Helgevold

Verein: Skjalg  
Startnummer: 161

Strecke: 38,00 km  
Trail Run

Kategorie:  
mann

Gesamt-Zeit: 5:28:12

Geschwindigkeit: 6,95 km/h  
Laufleistung: 8:39 min/km

Strecken-Platzierung: 40 (von 143)

Bestzeit der Strecke: 3:46:48

Kategorie-Platzierung: 37(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	-	1:14:31	-	29	17:09	31	17:09	-	1:14:31	-	29	17:09	31	17:09
Hogstad	-	57:56	-	25	13:02	27	13:02	-	2:12:27	-	27	30:11	29	30:11
Storaberget	-	26:10	-	24	6:45	26	6:45	-	2:38:37	-	31	36:56	33	36:56
Myland	-	1:22:21	-	50	30:31	56	1:13:02	-	4:00:58	-	37	1:07:27	41	1:07:27
Vårlivarde	-	21:01	-	30	8:31	36	8:31	-	4:21:59	-	33	1:15:58	36	1:15:58
Lauvås	-	41:32	-	57	19:19	64	19:19	-	5:03:31	-	39	1:33:58	42	1:33:58
Finish	-	24:41	-	21	7:26	26	7:26	38,00	5:28:12	-	37	1:41:24	40	1:41:24