



## evaluación detallada

**Helen Gilje Lavik**

Asociación: New Chance  
Dorsal: 127

recorrido: 13.00 km  
7nutsløpet

categoría:  
Kvinne

tiempo total: 2:00:15

velocidad: 6.49 km/h  
rendimiento en carrera: 9:15 min/km

posición en el recorrido/Total: 63 (de 155)  
posición en el recorrido/Women: 11 (de 53)  
mejor tiempo del recorrido: 1:45:20

posición en la categoría: 11(de 53)  
mejor tiempo en la categoría: 1:45:20

tiempos parciales				stage score				Total score							
control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisión	retraso categoría	retraso Women	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso categoría	retraso Women	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso categoría	retraso Women
Fodgstadnuten	-	9:59	-	7	1:25	7	1:25	-	9:59	-	7	1:25	7	1:25	-
Dalsnuten	-	15:50	-	8	1:43	8	1:43	-	25:49	-	7	3:08	7	3:08	-
Øvre Eikenuten	-	11:24	-	7	0:45	7	0:45	-	37:13	-	7	3:19	7	3:19	-
Gramstad mellor	-	8:23	-	11	1:10	11	1:10	-	45:36	-	7	3:59	7	3:59	-
Kollirudla	-	11:31	-	13	1:36	13	1:36	-	57:07	-	8	5:12	8	5:12	-
Mattisrudlå	-	25:35	-	13	3:59	13	3:59	-	1:22:42	-	8	8:45	8	8:45	-
Bjørndalsfjellet	-	13:46	-	14	2:18	14	2:18	-	1:36:28	-	9	11:03	9	11:03	-
Gramstadtjønna	-	21:03	-	13	3:14	13	3:14	-	1:57:31	-	10	13:57	10	13:57	-
Finish	-	2:44	-	31	0:58	31	0:58	13.00	2:00:15	-	11	14:55	11	14:55	-