



7nutslopet 2017
Gramstad / 09.09.2017

evaluación detallada

Heidi Berg Strand

Asociación: Austrått Passion 4 running
Dorsal: 175

recorrido: 13.00 km
7nutsløpet

categoría:
Kvinne

tiempo total: 2:23:58

velocidad: 5.42 km/h
rendimiento en carrera: 11:05 min/km

posición en el recorrido/Total: 108 (de 155)
posición en el recorrido/Women: 27 (de 53)
mejor tiempo del recorrido: 1:45:20

posición en la categoría: 27(de 53)
mejor tiempo en la categoría: 1:45:20

tiempos parciales

stage score

Total score

| control | etapa km | etapa tiempo | etapa | | stage | | Total | | Total | | Total | | Total | |
|------------------|-------------|-----------------|-------------------|----------------------|------------------|------------------|-------------|-----------------|-----------------|-------------------------------|---------------------------|---------------------------|-------|-------|
| | | | posició min/km | retraso categoría | posició Women | retraso Women | Total km | Total tiempo | Total min/km | Total posició categoría | Total posició Women | Total retraso Women | | |
| Fodgstadnuten | - | 11:35 | - | 24 | 3:01 | 24 | 3:01 | - | 11:35 | - | 24 | 3:01 | 24 | 3:01 |
| Dalsnuten | - | 19:29 | - | 28 | 5:22 | 28 | 5:22 | - | 31:04 | - | 28 | 8:23 | 28 | 8:23 |
| Øvre Eikenuten | - | 14:00 | - | 20 | 3:21 | 20 | 3:21 | - | 45:04 | - | 22 | 11:10 | 22 | 11:10 |
| Gramstad mellor | - | 9:46 | - | 25 | 2:33 | 25 | 2:33 | - | 54:50 | - | 20 | 13:13 | 20 | 13:13 |
| Kollirudla | - | 12:07 | - | 22 | 2:12 | 22 | 2:12 | - | 1:06:57 | - | 20 | 15:02 | 20 | 15:02 |
| Mattisrudlå | - | 30:28 | - | 29 | 8:52 | 29 | 8:52 | - | 1:37:25 | - | 27 | 23:28 | 27 | 23:28 |
| Bjørndalsfjellet | - | 16:59 | - | 28 | 5:31 | 28 | 5:31 | - | 1:54:24 | - | 28 | 28:59 | 28 | 28:59 |
| Gramstadtjønna | - | 27:03 | - | 28 | 9:14 | 28 | 9:14 | - | 2:21:27 | - | 27 | 37:53 | 27 | 37:53 |
| Finish | - | 2:31 | - | 27 | 0:45 | 27 | 0:45 | 13.00 | 2:23:58 | - | 30 | 38:38 | 30 | 38:38 |