



evaluación detallada

Sindre Øvrum Haaland

Asociación: Figgjo IL  
Dorsal: 142

recorrido: 13.00 km  
7nutsløpet

categoría:  
Mann

tiempo total: 1:31:05

velocidad: 8.56 km/h  
rendimiento en carrera: 7:01 min/km

posición en el recorrido/Total: 4 (de 155)  
posición en el recorrido/Men: 4 (de 102)  
mejor tiempo del recorrido: 1:23:07

posición en la categoría: 4(de 102)  
mejor tiempo en la categoría: 1:23:07

tiempos parciales

stage score

Total score

| control          | etapa<br>km | etapa<br>tiempo | etapa<br>posición | retraso |      | retraso |      | Total<br>km | Total<br>tiempo | Total<br>posición | retraso |      | retraso |      |
|------------------|-------------|-----------------|-------------------|---------|------|---------|------|-------------|-----------------|-------------------|---------|------|---------|------|
|                  |             |                 |                   | cat     | cat  | Men     | Men  |             |                 |                   | cat     | cat  | Men     | Men  |
| Fodgstadnuten    | -           | 7:46            | -                 | 9       | 0:57 | 9       | 0:57 | -           | 7:46            | -                 | 9       | 0:57 | 9       | 0:57 |
| Dalsnuten        | -           | 12:19           | -                 | 4       | 1:13 | 4       | 1:13 | -           | 20:05           | -                 | 7       | 2:10 | 7       | 2:10 |
| Øvre Eikenuten   | -           | 10:15           | -                 | 11      | 1:04 | 11      | 1:04 | -           | 30:20           | -                 | 6       | 3:14 | 6       | 3:14 |
| Gramstad mellor  | -           | 6:22            | -                 | 6       | 0:40 | 6       | 0:40 | -           | 36:42           | -                 | 6       | 3:54 | 6       | 3:54 |
| Kollirudla       | -           | 8:36            | -                 | 2       | 0:10 | 2       | 0:10 | -           | 45:18           | -                 | 6       | 4:04 | 6       | 4:04 |
| Mattisrudlå      | -           | 19:18           | -                 | 3       | 1:50 | 3       | 1:50 | -           | 1:04:36         | -                 | 5       | 5:54 | 5       | 5:54 |
| Bjørndalsfjellet | -           | 9:48            | -                 | 4       | 0:16 | 4       | 0:16 | -           | 1:14:24         | -                 | 5       | 6:10 | 5       | 6:10 |
| Gramstadtjønna   | -           | 14:50           | -                 | 4       | 1:39 | 4       | 1:39 | -           | 1:29:14         | -                 | 4       | 7:49 | 4       | 7:49 |
| Finish           | -           | 1:51            | -                 | 19      | 0:19 | 19      | 0:19 | 13.00       | 1:31:05         | -                 | 4       | 7:58 | 4       | 7:58 |