



Mellomtider Riska TrailRun

Riska / 20.05.2017

evaluación detallada

Fredrik v Aartun-Bonarjee

tiempo total: 6:29:27

Dorsal: 34

velocidad: 5.85 km/h

rendimiento en carrera: 10:15 min/km

recorrido: 38.00 km

Trail Run

posición en el recorrido: 95 (de 143)

mejor tiempo del recorrido: 3:46:48

categoría:

posición en la categoría: 83(de 118)

mann

mejor tiempo en la categoría: 3:46:48

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa posició min/km	stage score		Total score		Total km	Total tiempo	Total posició min/km	stage score		Total score	
				posició categoría	retraso Total	posició categoría	retraso Total				posició categoría	retraso Total		
Dale	-	1:28:10	-	89	30:48	99	30:48	-	1:28:10	-	89	30:48	99	30:48
Hogstad	-	1:06:48	-	65	21:54	72	21:54	-	2:34:58	-	71	52:42	78	52:42
Storaberget	-	32:49	-	86	13:24	98	13:24	-	3:07:47	-	73	1:06:06	81	1:06:06
Myland	-	1:36:12	-	85	44:22	101	1:26:53	-	4:43:59	-	82	1:50:28	94	1:50:28
Vårlivarde	-	26:04	-	89	13:34	104	13:34	-	5:10:03	-	82	2:04:02	94	2:04:02
Lauvås	-	49:54	-	93	27:41	108	27:41	-	5:59:57	-	83	2:30:24	96	2:30:24
Finish	-	29:30	-	78	12:15	90	12:15	38.00	6:29:27	-	83	2:42:39	95	2:42:39