



# Mellomtider Riska TrailRun

Riska / 20.05.2017

## evaluación detallada

John Terje Handeland

tiempo total: 6:38:11

Dorsal: 32

velocidad: 5.73 km/h

rendimiento en carrera: 10:29 min/km

recorrido: 38.00 km

Trail Run

posición en el recorrido: 102 (de 143)

mejor tiempo del recorrido: 3:46:48

categoría:

posición en la categoría: 88(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								
				retraso	retraso	Total km	Total tiempo	Total posició min/km	retraso	retraso				
			retraso	retraso	retraso	retraso	retraso	retraso	retraso	retraso	retraso	retraso	retraso	retraso
Dale	-	1:13:56	-	27	16:34	28	16:34	-	1:13:56	-	27	16:34	28	16:34
Hogstad	-	1:08:12	-	69	23:18	77	23:18	-	2:22:08	-	52	39:52	55	39:52
Storaberget	-	39:21	-	104	19:56	121	19:56	-	3:01:29	-	65	59:48	72	59:48
Myland	-	1:57:40	-	108	1:05:50	126	1:48:21	-	4:59:09	-	94	2:05:38	108	2:05:38
Vårlivarde	-	24:57	-	82	12:27	97	12:27	-	5:24:06	-	94	2:18:05	108	2:18:05
Lauvås	-	45:53	-	81	23:40	94	23:40	-	6:09:59	-	93	2:40:26	107	2:40:26
Finish	-	28:12	-	63	10:57	74	10:57	38.00	6:38:11	-	88	2:51:23	102	2:51:23