



Mellomtider Riska TrailRun

Riska / 20.05.2017

evaluación detallada

Ivar Nødland

Asociación: Gilja Brann & Redning

Dorsal: 97

recorrido: 38.00 km

Trail Run

categoría:

mann

tiempo total: 7:01:44

velocidad: 5.41 km/h

rendimiento en carrera: 11:06 min/km

posición en el recorrido: 116 (de 143)

mejor tiempo del recorrido: 3:46:48

posición en la categoría: 101 (de 118)

mejor tiempo en la categoría: 3:46:48

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa posición	retraso min/km	stage score		Total score							
					posición	retraso	Total km	Total tiempo	Total posición	Total retraso				
Dale	-	1:35:38	-	105	38:16	117	38:16	-	1:35:38	-	105	38:16	117	38:16
Hogstad	-	1:15:32	-	93	30:38	105	30:38	-	2:51:10	-	99	1:08:54	112	1:08:54
Storaberget	-	33:42	-	91	14:17	104	14:17	-	3:24:52	-	99	1:23:11	112	1:23:11
Myland	-	1:44:48	-	103	52:58	119	1:35:29	-	5:09:40	-	99	2:16:09	115	2:16:09
Vårlivarde	-	27:38	-	99	15:08	114	15:08	-	5:37:18	-	99	2:31:17	114	2:31:17
Lauvås	-	52:44	-	101	30:31	116	30:31	-	6:30:02	-	102	3:00:29	117	3:00:29
Finish	-	31:42	-	87	14:27	100	14:27	38.00	7:01:44	-	101	3:14:56	116	3:14:56