



# Mellomtider Riska TrailRun

Riska / 20.05.2017

## evaluación detallada

Daniel kvam

tiempo total: 7:09:43

Dorsal: 109

velocidad: 5.31 km/h

rendimiento en carrera: 11:19 min/km

recorrido: 38.00 km

Trail Run

posición en el recorrido: 118 (de 143)

mejor tiempo del recorrido: 3:46:48

categoría:

posición en la categoría: 103(de 118)

mann

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	retraso min/km	posición	retraso		
Dale	-	1:37:49	-	106	40:27	119	40:27	-	1:37:49	-	106	40:27	119	40:27
Hogstad	-	1:23:26	-	104	38:32	119	38:32	-	3:01:15	-	105	1:18:59	119	1:18:59
Storaberget	-	35:59	-	98	16:34	115	16:34	-	3:37:14	-	106	1:35:33	121	1:35:33
Myland	-	1:43:03	-	101	51:13	117	1:33:44	-	5:20:17	-	105	2:26:46	121	2:26:46
Vårilvarde	-	26:14	-	91	13:44	106	13:44	-	5:46:31	-	105	2:40:30	120	2:40:30
Lauvås	-	47:29	-	88	25:16	101	25:16	-	6:34:00	-	104	3:04:27	119	3:04:27
Finish	-	35:43	-	103	18:28	119	18:28	38.00	7:09:43	-	103	3:22:55	118	3:22:55