



# Mellomtider Riska TrailRun

Riska / 20.05.2017

## evaluación detallada

Marius Hegre

tiempo total: 7:09:44

Dorsal: 71

velocidad: 5.31 km/h

rendimiento en carrera: 11:19 min/km

recorrido: 38.00 km

Trail Run

posición en el recorrido: 119 (de 143)

mejor tiempo del recorrido: 3:46:48

categoría:

posición en la categoría: 104(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 categoría	retraso Total	Total km	Total tiempo	Total posició min/km	retraso categoría	retraso Total				
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	-	35:58	-	97	16:33	114	16:33	-	3:37:13	-	105	1:35:32	120	1:35:32
Myland	-	1:42:00	-	99	50:10	115	1:32:41	-	5:19:13	-	104	2:25:42	120	2:25:42
Vårlivarde	-	27:16	-	98	14:46	113	14:46	-	5:46:29	-	104	2:40:28	119	2:40:28
Lauvås	-	47:30	-	89	25:17	102	25:17	-	6:33:59	-	103	3:04:26	118	3:04:26
Finish	-	35:45	-	104	18:30	120	18:30	38.00	7:09:44	-	104	3:22:56	119	3:22:56