



Mellomtider Riska TrailRun

Riska / 20.05.2017

evaluación detallada

Odd Harald Fostenes

tiempo total: 8:17:18

Dorsal: 184

velocidad: 4.58 km/h

rendimiento en carrera: 13:06 min/km

recorrido: 38.00 km

Trail Run

posición en el recorrido: 127 (de 143)

mejor tiempo del recorrido: 3:46:48

categoría:

posición en la categoría: 110(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	-	1:37:50	-	108	40:28	121	40:28	-	1:37:50	-	108	40:28	121	40:28
Hogstad	-	1:33:33	-	111	48:39	128	48:39	-	3:11:23	-	109	1:29:07	125	1:29:07
Storaberget	-	48:21	-	112	28:56	136	28:56	-	3:59:44	-	110	1:58:03	126	1:58:03
Myland	-	2:00:50	-	110	1:09:00	128	1:51:31	-	6:00:34	-	111	3:07:03	128	3:07:03
Vårlivarde	-	29:59	-	108	17:29	125	17:29	-	6:30:33	-	111	3:24:32	128	3:24:32
Lauvås	-	1:07:35	-	109	45:22	130	45:22	-	7:38:08	-	111	4:08:35	128	4:08:35
Finish	-	39:10	-	108	21:55	126	21:55	38.00	8:17:18	-	110	4:30:30	127	4:30:30