



# Mellomtider Riska TrailRun

Riska / 20.05.2017

## evaluación detallada

**Siri Lunde**

Asociación: SUS BIL

Dorsal: 57

recorrido: 38.00 km

Trail Run

categoría:

kvinne

tiempo total: 7:55:41

velocidad: 4.79 km/h

rendimiento en carrera: 12:32 min/km

posición en el recorrido: 125 (de 143)

mejor tiempo del recorrido: 3:46:48

posición en la categoría: 17(de 25)

mejor tiempo en la categoría: 4:52:24

### tiempos parciales

### stage score

### Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa posició min/km	stage score		Total score		Total km	Total tiempo	Total posició min/km	stage score		Total score	
				retraso	retraso	retraso	retraso				retraso	retraso		
Dale	-	1:49:31	-	17	38:55	133	52:09	-	1:49:31	-	17	38:55	133	52:09
Hogstad	-	1:38:40	-	22	43:14	134	53:46	-	3:28:11	-	19	1:22:09	131	1:45:55
Storaberget	-	35:22	-	16	10:22	111	15:57	-	4:03:33	-	18	1:32:28	129	2:01:52
Myland	-	1:49:49	-	17	1:40:30	122	1:40:30	-	5:53:22	-	17	2:11:06	126	2:59:51
Vårlivarde	-	28:25	-	17	12:20	120	15:55	-	6:21:47	-	17	2:23:26	126	3:15:46
Lauvås	-	1:00:10	-	17	28:51	122	37:57	-	7:21:57	-	17	2:51:20	126	3:52:24
Finish	-	33:44	-	15	11:57	113	16:29	38.00	7:55:41	-	17	3:03:17	125	4:08:53