



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 |