



Mellomtider Riska TrailRun

Riska / 20.05.2017

evaluación detallada

Tommy Johnsen

Asociación: Tempo triatlon klubb

Dorsal: 122

recorrido: 38.00 km

Trail Run

categoría:

mann

tiempo total: 5:09:50

velocidad: 7.36 km/h

rendimiento en carrera: 8:10 min/km

posición en el recorrido: 24 (de 143)

mejor tiempo del recorrido: 3:46:48

posición en la categoría: 22(de 118)

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	retraso	Total km	Total tiempo	Total posició min/km	retraso	retraso				
			categoría	categoría	Total	Total								
Dale	-	1:18:01	-	54	20:39	56	20:39	-	1:18:01	-	54	20:39	56	20:39
Hogstad	-	59:23	-	33	14:29	35	14:29	-	2:17:24	-	45	35:08	47	35:08
Storaberget	-	26:36	-	31	7:11	33	7:11	-	2:44:00	-	42	42:19	44	42:19
Myland	-	1:12:32	-	20	20:42	24	1:03:13	-	3:56:32	-	30	1:03:01	34	1:03:01
Vårlivarde	-	18:19	-	15	5:49	18	5:49	-	4:14:51	-	28	1:08:50	30	1:08:50
Lauvås	-	32:55	-	15	10:42	17	10:42	-	4:47:46	-	25	1:18:13	27	1:18:13
Finish	-	22:04	-	6	4:49	7	4:49	38.00	5:09:50	-	22	1:23:02	24	1:23:02