



Mellomtider Riska TrailRun

Riska / 20.05.2017

evaluación detallada

Tom Inge Moi-Vist

Asociación: SUS BIL

Dorsal: 130

recorrido: 38.00 km

Trail Run

categoría:

mann

tiempo total: 5:26:02

velocidad: 6.99 km/h

rendimiento en carrera: 8:35 min/km

posición en el recorrido: 34 (de 143)

mejor tiempo del recorrido: 3:46:48

posición en la categoría: 31(de 118)

mejor tiempo en la categoría: 3:46:48

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	posición		retraso		Total km	Total tiempo	Total min/km	posición		retraso	
				categoría	categoría	Total	Total				categoría	categoría	Total	Total
Dale	-	1:11:46	-	20	14:24	21	14:24	-	1:11:46	-	20	14:24	21	14:24
Hogstad	-	57:27	-	20	12:33	22	12:33	-	2:09:13	-	18	26:57	19	26:57
Storaberget	-	26:30	-	27	7:05	29	7:05	-	2:35:43	-	17	34:02	18	34:02
Myland	-	1:16:24	-	32	24:34	36	1:07:05	-	3:52:07	-	27	58:36	30	58:36
Vårlivarde	-	25:18	-	86	12:48	101	12:48	-	4:17:25	-	30	1:11:24	33	1:11:24
Lauvås	-	43:15	-	69	21:02	80	21:02	-	5:00:40	-	32	1:31:07	35	1:31:07
Finish	-	25:22	-	30	8:07	36	8:07	38.00	5:26:02	-	31	1:39:14	34	1:39:14