



Mellomtider Riska TrailRun

Riska / 20.05.2017

evaluación detallada

Rune Sævik

tiempo total: 5:28:05

Dorsal: 21

velocidad: 6.95 km/h

rendimiento en carrera: 8:39 min/km

recorrido: 38.00 km

Trail Run

posición en el recorrido: 39 (de 143)

mejor tiempo del recorrido: 3:46:48

categoría:

posición en la categoría: 36(de 118)

mann

mejor tiempo en la categoría: 3:46:48

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa posición	retraso categoría	stage score		Total score							
					posición	retraso	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso categoría	posición	retraso		
Dale	-	1:16:46	-	47	19:24	49	19:24	-	1:16:46	-	47	19:24	49	19:24
Hogstad	-	1:04:06	-	56	19:12	61	19:12	-	2:20:52	-	49	38:36	52	38:36
Storaberget	-	29:19	-	59	9:54	65	9:54	-	2:50:11	-	49	48:30	52	48:30
Myland	-	1:13:50	-	26	22:00	30	1:04:31	-	4:04:01	-	42	1:10:30	46	1:10:30
Vårlivarde	-	21:56	-	38	9:26	48	9:26	-	4:25:57	-	39	1:19:56	42	1:19:56
Lauvås	-	37:03	-	29	14:50	32	14:50	-	5:03:00	-	37	1:33:27	40	1:33:27
Finish	-	25:05	-	26	7:50	32	7:50	38.00	5:28:05	-	36	1:41:17	39	1:41:17