



evaluación detallada

Ketil Helgevold

Asociación: Skjalg

Dorsal: 161

recorrido: 38.00 km

Trail Run

categoría:

mann

tiempo total: 5:28:12

velocidad: 6.95 km/h

rendimiento en carrera: 8:39 min/km

posición en el recorrido: 40 (de 143)

mejor tiempo del recorrido: 3:46:48

posición en la categoría: 37(de 118)

mejor tiempo en la categoría: 3:46:48

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa posición	retraso min/km	stage score		Total score							
					posición	retraso	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso min/km	posición	retraso	posición	retraso
Dale	-	1:14:31	-	29	17:09	31	17:09	-	1:14:31	-	29	17:09	31	17:09
Hogstad	-	57:56	-	25	13:02	27	13:02	-	2:12:27	-	27	30:11	29	30:11
Storaberget	-	26:10	-	24	6:45	26	6:45	-	2:38:37	-	31	36:56	33	36:56
Myland	-	1:22:21	-	50	30:31	56	1:13:02	-	4:00:58	-	37	1:07:27	41	1:07:27
Vårilvarde	-	21:01	-	30	8:31	36	8:31	-	4:21:59	-	33	1:15:58	36	1:15:58
Lauvås	-	41:32	-	57	19:19	64	19:19	-	5:03:31	-	39	1:33:58	42	1:33:58
Finish	-	24:41	-	21	7:26	26	7:26	38.00	5:28:12	-	37	1:41:24	40	1:41:24