



Mellomtider Riska TrailRun

Riska / 20.05.2017

evaluación detallada

Kjetil Austrheim

Asociación: Vindafjord IL

Dorsal: 87

recorrido: 38.00 km

Trail Run

categoría:

mann

tiempo total: 5:33:51

velocidad: 6.83 km/h

rendimiento en carrera: 8:48 min/km

posición en el recorrido: 47 (de 143)

mejor tiempo del recorrido: 3:46:48

posición en la categoría: 43(de 118)

mejor tiempo en la categoría: 3:46:48

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso		retraso		Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso		retraso	
				categoría	Total	categoría	Total				categoría	Total		
Dale	-	1:18:00	-	53	20:38	55	20:38	-	1:18:00	-	53	20:38	55	20:38
Hogstad	-	59:51	-	35	14:57	37	14:57	-	2:17:51	-	47	35:35	49	35:35
Storaberget	-	26:45	-	33	7:20	35	7:20	-	2:44:36	-	43	42:55	45	42:55
Myland	-	1:19:24	-	41	27:34	46	1:10:05	-	4:04:00	-	41	1:10:29	45	1:10:29
Vårlivarde	-	22:44	-	56	10:14	68	10:14	-	4:26:44	-	41	1:20:43	44	1:20:43
Lauvås	-	40:28	-	53	18:15	60	18:15	-	5:07:12	-	43	1:37:39	46	1:37:39
Finish	-	26:39	-	46	9:24	55	9:24	38.00	5:33:51	-	43	1:47:03	47	1:47:03