



Mellomtider Riska TrailRun

Riska / 20.05.2017

evaluación detallada

Eli Garvik Rasdal

Asociación: Gjesdal IL

Dorsal: 118

recorrido: 38.00 km

Trail Run

categoría:

kvinne

tiempo total: 5:54:14

velocidad: 6.44 km/h

rendimiento en carrera: 9:20 min/km

posición en el recorrido: 67 (de 143)

mejor tiempo del recorrido: 3:46:48

posición en la categoría: 7(de 25)

mejor tiempo en la categoría: 4:52:24

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score			Total score							
				retraso	posición	retraso	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso	Total	
Dale	-	1:19:03	-	3	8:27	59	21:41	-	1:19:03	-	3	8:27	59	21:41
Hogstad	-	1:04:09	-	6	8:43	62	19:15	-	2:23:12	-	4	17:10	60	40:56
Storaberget	-	30:36	-	10	5:36	78	11:11	-	2:53:48	-	5	22:43	61	52:07
Myland	-	1:27:13	-	11	1:17:54	80	1:17:54	-	4:21:01	-	7	38:45	65	1:27:30
Vårlivarde	-	21:03	-	7	4:58	37	8:33	-	4:42:04	-	6	43:43	64	1:36:03
Lauvås	-	43:08	-	10	11:49	78	20:55	-	5:25:12	-	6	54:35	63	1:55:39
Finish	-	29:02	-	12	7:15	84	11:47	38.00	5:54:14	-	7	1:01:50	67	2:07:26