



Mellomtider Riska TrailRun

Riska / 20.05.2017

evaluación detallada

Ommund Øvrelid

Asociación: Sysco Runners

Dorsal: 132

recorrido: 38.00 km

Trail Run

categoría:

mann

tiempo total: 5:40:00

velocidad: 6.71 km/h

rendimiento en carrera: 8:57 min/km

posición en el recorrido: 53 (de 143)

mejor tiempo del recorrido: 3:46:48

posición en la categoría: 49(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	-	1:21:37	-	63	24:15	68	24:15	-	1:21:37	-	63	24:15	68	24:15
Hogstad	-	1:03:12	-	54	18:18	59	18:18	-	2:24:49	-	59	42:33	63	42:33
Storaberget	-	27:44	-	41	8:19	45	8:19	-	2:52:33	-	55	50:52	59	50:52
Myland	-	1:23:04	-	54	31:14	61	1:13:45	-	4:15:37	-	53	1:22:06	58	1:22:06
Vårlivarde	-	22:32	-	53	10:02	65	10:02	-	4:38:09	-	54	1:32:08	58	1:32:08
Lauvås	-	37:28	-	33	15:15	36	15:15	-	5:15:37	-	50	1:46:04	54	1:46:04
Finish	-	24:23	-	19	7:08	23	7:08	38.00	5:40:00	-	49	1:53:12	53	1:53:12