



# Mellomtider Riska TrailRun

Riska / 20.05.2017

## evaluación detallada

**Marius Udem**

Asociación: Riska TrailRun

Dorsal: 186

recorrido: 38.00 km

Trail Run

categoría:

mann

tiempo total: 5:46:31

velocidad: 6.58 km/h

rendimiento en carrera: 9:08 min/km

posición en el recorrido: 59 (de 143)

mejor tiempo del recorrido: 3:46:48

posición en la categoría: 54 (de 118)

mejor tiempo en la categoría: 3:46:48

## tiempos parciales

## stage score

## Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa posició min/km	stage score		Total score								
				retraso	retraso	Total km	Total tiempo	Total posició min/km	retraso	retraso				
			categoría	categoría	Total	Total								
Dale	-	1:17:48	-	52	20:26	54	20:26	-	1:17:48	-	52	20:26	54	20:26
Hogstad	-	1:04:24	-	57	19:30	63	19:30	-	2:22:12	-	53	39:56	56	39:56
Storaberget	-	30:44	-	70	11:19	80	11:19	-	2:52:56	-	56	51:15	60	51:15
Myland	-	1:22:42	-	52	30:52	59	1:13:23	-	4:15:38	-	54	1:22:07	59	1:22:07
Vårlivarde	-	22:29	-	49	9:59	61	9:59	-	4:38:07	-	53	1:32:06	57	1:32:06
Lauvås	-	39:49	-	47	17:36	54	17:36	-	5:17:56	-	53	1:48:23	58	1:48:23
Finish	-	28:35	-	68	11:20	79	11:20	38.00	5:46:31	-	54	1:59:43	59	1:59:43