



Mellomtider Riska TrailRun

Riska / 20.05.2017

evaluación detallada

James Edward Haynes

tiempo total: 6:02:14

Dorsal: 35

velocidad: 6.29 km/h

rendimiento en carrera: 9:32 min/km

recorrido: 38.00 km

Trail Run

posición en el recorrido: 72 (de 143)

mejor tiempo del recorrido: 3:46:48

categoría:

posición en la categoría: 65(de 118)

mann

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 | | Total km | Total tiempo | Total posició min/km | stage score | | Total score | |
|-------------|-------------|-----------------|----------------------------|-------------|---------|-------------|---------|-------------|-----------------|----------------------------|-------------|---------|-------------|---------|
| | | | | retraso | retraso | retraso | retraso | | | | retraso | retraso | | |
| Dale | - | 1:24:56 | - | 72 | 27:34 | 78 | 27:34 | - | 1:24:56 | - | 72 | 27:34 | 78 | 27:34 |
| Hogstad | - | 1:05:40 | - | 60 | 20:46 | 66 | 20:46 | - | 2:30:36 | - | 67 | 48:20 | 74 | 48:20 |
| Storaberget | - | 28:42 | - | 54 | 9:17 | 59 | 9:17 | - | 2:59:18 | - | 62 | 57:37 | 69 | 57:37 |
| Myland | - | 1:31:13 | - | 80 | 39:23 | 95 | 1:21:54 | - | 4:30:31 | - | 67 | 1:37:00 | 75 | 1:37:00 |
| Vårlivarde | - | 22:31 | - | 52 | 10:01 | 64 | 10:01 | - | 4:53:02 | - | 66 | 1:47:01 | 73 | 1:47:01 |
| Lauvås | - | 43:54 | - | 72 | 21:41 | 83 | 21:41 | - | 5:36:56 | - | 68 | 2:07:23 | 75 | 2:07:23 |
| Finish | - | 25:18 | - | 28 | 8:03 | 34 | 8:03 | 38.00 | 6:02:14 | - | 65 | 2:15:26 | 72 | 2:15:26 |