



Mellomtider Riska TrailRun

Riska / 20.05.2017

evaluación detallada

Sivert Hana

Asociación: Subsea 7

Dorsal: 117

recorrido: 38.00 km

Trail Run

categoría:

mann

tiempo total: 6:07:55

velocidad: 6.20 km/h

rendimiento en carrera: 9:41 min/km

posición en el recorrido: 77 (de 143)

mejor tiempo del recorrido: 3:46:48

posición en la categoría: 69(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	-	1:27:30	-	86	30:08	96	30:08	-	1:27:30	-	86	30:08	96	30:08
Hogstad	-	1:07:58	-	68	23:04	75	23:04	-	2:35:28	-	72	53:12	80	53:12
Storaberget	-	30:19	-	65	10:54	73	10:54	-	3:05:47	-	70	1:04:06	78	1:04:06
Myland	-	1:26:56	-	67	35:06	77	1:17:37	-	4:32:43	-	69	1:39:12	78	1:39:12
Vårlivarde	-	24:06	-	73	11:36	88	11:36	-	4:56:49	-	69	1:50:48	77	1:50:48
Lauvås	-	41:48	-	60	19:35	68	19:35	-	5:38:37	-	69	2:09:04	77	2:09:04
Finish	-	29:18	-	76	12:03	88	12:03	38.00	6:07:55	-	69	2:21:07	77	2:21:07