



evaluación detallada

Arild Askestad

Dorsal: 10

recorrido: 226.00 km
Ultra Triathlon

categoría:
Male

tiempo total: 12:25:50

velocidad: 18.18 km/h
rendimiento en carrera: 3:19 min/km

posición en el recorrido/Total: 5 (de 99)

posición en el recorrido/Men: 5 (de 91)

mejor tiempo del recorrido: 11:24:54

posición en la categoría: 5(de 91)

mejor tiempo en la categoría: 11:24:54

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score			Total score					
				retraso	retraso	retraso	Total km	Total tiempo	Total posición			
			retraso	retraso	retraso	retraso	retraso	retraso	retraso			
			Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men			
Exit Water	-	1:43:05	- 24	26:36	24	26:36	-	1:43:05	- 24	26:36	24	26:36
Start Bike	-	4:31	- 2	1:06	2	1:06	-	1:47:36	- 16	22:36	16	22:36
Peak 932	-	1:11:01	- 6	15:19	6	15:19	-	2:58:37	- 9	24:36	9	24:36
Exit Fv986	-	28:17	- 3	12:45	3	12:45	-	3:26:54	- 8	23:55	8	23:55
Top Hunnedalen	-	42:54	- 4	4:17	4	4:17	-	4:09:48	- 5	26:41	5	26:41
Byrkjedalstunet	-	50:09	- 6	39:12	6	39:12	-	4:59:57	- 5	27:56	5	27:56
Exit at 113	-	36:44	- 29	4:45	29	4:45	-	5:36:41	- 5	32:41	5	32:41
Exit E39	-	41:11	- 15	22:50	15	22:50	-	6:17:52	- 6	35:47	6	35:47
Exit RV44	-	1:26:36	- 4	6:47	4	6:47	-	7:44:28	- 6	32:14	6	32:14
Off Bike	-	28:31	- 5	2:12	5	2:12	-	8:12:59	- 6	31:51	6	31:51
Start Run	-	3:59	- 10	2:44	10	2:44	-	8:16:58	- 6	34:35	6	34:35
Tjelta	-	1:05:46	- 19	31:18	19	31:18	-	9:22:44	- 5	51:31	5	51:31
Solastrand Hotel	-	49:01	- 6	18:36	6	18:36	-	10:11:45	- 5	45:53	5	45:53
Kvernevik 1	-	1:16:35	- 15	31:29	15	31:29	-	11:28:20	- 5	1:01:15	5	1:01:15
Kvernevik 2	-	11:48	- 1	-	1	-	-	11:40:08	- 5	1:00:46	5	1:00:46
Finish	-	45:42	- 3	1:08	3	1:08	-	226.00 12:25:50	- 5	1:00:56	5	1:00:56