



7nutslopet 2017  
Gramstad / 09.09.2017

## Exploitation détaillée

Lisa Apeland

Temps total: 2:06:09

Dossard: 112

Vitesse: 6.18 km/h

Kilométrage: 9:43 min/km

Circuit: 13.00 km

7nutsløpet

Place par parcours/Total: 79 (de 155)

Place par parcours/Femmes: 14 (de 53)

Meilleur temps dans le parcours: 1:45:20

Catégorie:

Place par catégorie: 14(de 53)

Kvinne

Meilleur temps dans la catégorie: 1:45:20

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Etape		Etape		Etape		Place		Retard		Place		Retard		Total		Total		Total		Place		Retard		Place		Retard	
	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes
Fodgstadnuten	-	12:07	-	31	3:33	31	3:33	-	12:07	-	31	3:33	31	3:33	-	12:07	-	31	3:33	31	3:33	-	12:07	-	31	3:33	31	3:33
Dalsnuten	-	16:44	-	13	2:37	13	2:37	-	28:51	-	19	6:10	19	6:10	-	28:51	-	19	6:10	19	6:10	-	28:51	-	19	6:10	19	6:10
Øvre Eikenuten	-	12:15	-	11	1:36	11	1:36	-	41:06	-	18	7:12	18	7:12	-	41:06	-	18	7:12	18	7:12	-	41:06	-	18	7:12	18	7:12
Gramstad mellor	-	8:27	-	12	1:14	12	1:14	-	49:33	-	16	7:56	16	7:56	-	49:33	-	16	7:56	16	7:56	-	49:33	-	16	7:56	16	7:56
Kollirudla	-	11:39	-	16	1:44	16	1:44	-	1:01:12	-	16	9:17	16	9:17	-	1:01:12	-	16	9:17	16	9:17	-	1:01:12	-	16	9:17	16	9:17
Mattisrudlå	-	26:34	-	16	4:58	16	4:58	-	1:27:46	-	16	13:49	16	13:49	-	1:27:46	-	16	13:49	16	13:49	-	1:27:46	-	16	13:49	16	13:49
Bjørndalsfjellet	-	14:12	-	16	2:44	16	2:44	-	1:41:58	-	15	16:33	15	16:33	-	1:41:58	-	15	16:33	15	16:33	-	1:41:58	-	15	16:33	15	16:33
Gramstadtjønna	-	21:59	-	16	4:10	16	4:10	-	2:03:57	-	14	20:23	14	20:23	-	2:03:57	-	14	20:23	14	20:23	-	2:03:57	-	14	20:23	14	20:23
Finish	-	2:12	-	17	0:26	17	0:26	13.00	2:06:09	-	15	20:49	15	20:49	-	2:06:09	-	15	20:49	15	20:49	-	2:06:09	-	15	20:49	15	20:49