



7nutslopet 2017  
Gramstad / 09.09.2017

## Exploitation détaillée

Marcus Løwø Nåden

Dossard: 75

Circuit: 13.00 km  
7nutsløpet

Catégorie:  
Mann

Temps total: 2:31:14

Vitesse: 5.16 km/h  
Kilométrage: 11:38 min/km

Place par parcours/Total: 114 (de 155)  
Place par parcours/Hommes: 84 (de 102)  
Meilleur temps dans le parcours: 1:23:07

Place par catégorie: 85(de 102)  
Meilleur temps dans la catégorie: 1:23:07

## Temps intermédiaires

## Résultats d'étape

## Résultat total

| Poste            | Temps intermédiaires |             |              |             | Résultats d'étape |            |               |          | Résultat total |              |             |              |            |               |
|------------------|----------------------|-------------|--------------|-------------|-------------------|------------|---------------|----------|----------------|--------------|-------------|--------------|------------|---------------|
|                  | Etape km             | Etape Temps | Etape min/km | Place catg. | Retard catg.      | Place Homm | Retard Hommes | Total km | Total Temps    | Total min/km | Place catg. | Retard catg. | Place Homm | Retard Hommes |
| Fodgstadnuten    | -                    | 12:05       | -            | 91          | 5:16              | 91         | 5:16          | -        | 12:05          | -            | 91          | 5:16         | 91         | 5:16          |
| Dalsnuten        | -                    | 19:02       | -            | 89          | 7:56              | 89         | 7:56          | -        | 31:07          | -            | 89          | 13:12        | 89         | 13:12         |
| Øvre Eikenuten   | -                    | 16:35       | -            | 82          | 7:24              | 82         | 7:24          | -        | 47:42          | -            | 91          | 20:36        | 91         | 20:36         |
| Gramstad mellor  | -                    | 10:44       | -            | 90          | 5:02              | 90         | 5:02          | -        | 58:26          | -            | 89          | 25:38        | 89         | 25:38         |
| Kollirudla       | -                    | 11:31       | -            | 64          | 3:05              | 64         | 3:05          | -        | 1:09:57        | -            | 87          | 28:43        | 87         | 28:43         |
| Mattisrudlå      | -                    | 31:58       | -            | 86          | 14:30             | 86         | 14:30         | -        | 1:41:55        | -            | 87          | 43:13        | 87         | 43:13         |
| Bjørndalsfjellet | -                    | 19:33       | -            | 90          | 10:01             | 90         | 10:01         | -        | 2:01:28        | -            | 87          | 53:14        | 87         | 53:14         |
| Gramstadtjønna   | -                    | 27:36       | -            | 86          | 14:25             | 86         | 14:25         | -        | 2:29:04        | -            | 86          | 1:07:39      | 86         | 1:07:39       |
| Finish           | -                    | 2:10        | -            | 57          | 0:38              | 57         | 0:38          | 13.00    | 2:31:14        | -            | 86          | 1:08:07      | 86         | 1:08:07       |