



7nutslopet 2017  
Gramstad / 09.09.2017

## Exploitation détaillée

**Fredrik Sommerstad Roland**

Association: Bogafjell IL  
Dossard: 74

Circuit: 5.00 km  
3nutsløpet

Catégorie:  
Menn

Temps total: 54:57

Vitesse: 5.46 km/h  
Kilométrage: 11:00 min/km

Place par parcours/Total: 10 (de 21)

Place par parcours/Hommes: 9 (de 14)

Meilleur temps dans le parcours: 37:58

Place par catégorie: 9(de 14)

Meilleur temps dans la catégorie: 37:58

### 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.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm	Homm	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm	Homm
Fodgstadnuten	-	11:38	-	10	3:42	10	3:42	-	11:38	-	10	3:42	10	3:42	-	11:38	-	10	3:42	10	3:42	10	3:42	10	3:42	-	11:38	-	10	3:42
Dalsnuten	-	17:46	-	8	4:16	8	4:16	-	29:24	-	9	7:58	9	7:58	-	29:24	-	9	7:58	9	7:58	9	7:58	9	7:58	-	29:24	-	9	7:58
Øvre Eikenuten	-	16:43	-	10	6:23	10	6:23	-	46:07	-	10	14:21	10	14:21	-	46:07	-	10	14:21	10	14:21	10	14:21	10	14:21	-	46:07	-	10	14:21
Finish	-	8:50	-	8	2:38	8	2:38	5.00	54:57	-	9	16:59	9	16:59	5.00	54:57	-	9	16:59	9	16:59	9	16:59	9	16:59	-	54:57	-	9	16:59