



7nutslopet 2017  
Gramstad / 09.09.2017

## Exploitation détaillée

Heidi Njå Johnsen

Dossard: 116

Circuit: 13.00 km  
7nutsløpet

Catégorie:  
Kvinne

Temps total: 3:18:11

Vitesse: 3.94 km/h  
Kilométrage: 15:15 min/km

Place par parcours/Total: 139 (de 155)  
Place par parcours/Femmes: 42 (de 53)  
Meilleur temps dans le parcours: 1:45:20  
Place par catégorie: 42(de 53)  
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	-	12:38	-	37	4:04	37	4:04	-	12:38	-	37	4:04	37	4:04	-	12:38	-	37	4:04	37	4:04	-	12:38	-	37	4:04	37	4:04
Dalsnuten	-	21:14	-	34	7:07	34	7:07	-	33:52	-	33	11:11	33	11:11	-	33:52	-	33	11:11	33	11:11	-	33:52	-	33	11:11	33	11:11
Øvre Eikenuten	-	20:22	-	40	9:43	40	9:43	-	54:14	-	37	20:20	37	20:20	-	54:14	-	37	20:20	37	20:20	-	54:14	-	37	20:20	37	20:20
Gramstad mellor	-	11:47	-	36	4:34	36	4:34	-	1:06:01	-	37	24:24	37	24:24	-	1:06:01	-	37	24:24	37	24:24	-	1:06:01	-	37	24:24	37	24:24
Kollirudla	-	32:28	-	50	22:33	50	22:33	-	1:38:29	-	44	46:34	44	46:34	-	1:38:29	-	44	46:34	44	46:34	-	1:38:29	-	44	46:34	44	46:34
Mattisrudlå	-	37:47	-	41	16:11	41	16:11	-	2:16:16	-	45	1:02:19	45	1:02:19	-	2:16:16	-	45	1:02:19	45	1:02:19	-	2:16:16	-	45	1:02:19	45	1:02:19
Bjørndalsfjellet	-	20:57	-	38	9:29	38	9:29	-	2:37:13	-	44	1:11:48	44	1:11:48	-	2:37:13	-	44	1:11:48	44	1:11:48	-	2:37:13	-	44	1:11:48	44	1:11:48
Gramstadtjønna	-	38:09	-	42	20:20	42	20:20	-	3:15:22	-	41	1:31:48	41	1:31:48	-	3:15:22	-	41	1:31:48	41	1:31:48	-	3:15:22	-	41	1:31:48	41	1:31:48
Finish	-	2:49	-	36	1:03	36	1:03	13.00	3:18:11	-	45	1:32:51	45	1:32:51	-	3:18:11	-	45	1:32:51	45	1:32:51	-	3:18:11	-	45	1:32:51	45	1:32:51