



# Mellomtider Riska TrailRun

Riska / 20.05.2017

## Exploitation détaillée

John Terje Handeland

Temps total: 6:38:11

Dossard: 32

Vitesse: 5.73 km/h

Kilométrage: 10:29 min/km

Circuit: 38.00 km

Trail Run

Place par parcours: 102 (de 143)

Meilleur temps dans le parcours: 3:46:48

Catégorie:

mann

Place par catégorie: 88(de 118)

Meilleur temps dans la catégorie: 3:46:48

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Etape		Place	Retard	Place		Retard	Total		Place	Retard	Place	Retard	
	km	Temps			min/km	catg.		catg.	Total					Total
Dale	-	1:13:56	-	27	16:34	28	16:34	-	1:13:56	-	27	16:34	28	16:34
Hogstad	-	1:08:12	-	69	23:18	77	23:18	-	2:22:08	-	52	39:52	55	39:52
Storaberget	-	39:21	-	104	19:56	121	19:56	-	3:01:29	-	65	59:48	72	59:48
Myland	-	1:57:40	-	108	1:05:50	126	1:48:21	-	4:59:09	-	94	2:05:38	108	2:05:38
Vårlivarde	-	24:57	-	82	12:27	97	12:27	-	5:24:06	-	94	2:18:05	108	2:18:05
Lauvås	-	45:53	-	81	23:40	94	23:40	-	6:09:59	-	93	2:40:26	107	2:40:26
Finish	-	28:12	-	63	10:57	74	10:57	38.00	6:38:11	-	88	2:51:23	102	2:51:23