



# Mellomtider Riska TrailRun

Riska / 20.05.2017

## Exploitation détaillée

Anja Kristin Lindanger

Temps total: 4:53:25

Dossard: 151

Vitesse: 7.77 km/h

Kilométrage: 7:44 min/km

Circuit: 38.00 km

Trail Run

Place par parcours: 11 (de 143)

Meilleur temps dans le parcours: 3:46:48

Catégorie:

Place par catégorie: 2(de 25)

kvinne

Meilleur temps dans la catégorie: 4:52:24

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Etape		Etape		Etape		Place		Retard		Place		Retard		Total		Total		Total		Place		Retard			
	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Total	Total	Total	Total	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Total	Total	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Total	Total			
Dale	-	1:14:30	-	2	3:54	30	17:08	-	1:14:30	-	2	3:54	30	17:08	-	1:14:30	-	2	3:54	30	17:08	-	2	3:54	30	17:08
Hogstad	-	57:03	-	2	1:37	21	12:09	-	2:11:33	-	2	5:31	25	29:17	-	2:11:33	-	2	5:31	25	29:17	-	2	5:31	25	29:17
Storaberget	-	25:00	-	1	-	15	5:35	-	2:36:33	-	2	5:28	20	34:52	-	2:36:33	-	2	5:28	20	34:52	-	2	5:28	20	34:52
Myland	-	1:05:43	-	2	56:24	8	56:24	-	3:42:16	-	1	-	12	48:45	-	3:42:16	-	1	-	12	48:45	-	1	-	12	48:45
Vårlivarde	-	17:42	-	2	1:37	11	5:12	-	3:59:58	-	2	1:37	12	53:57	-	3:59:58	-	2	1:37	12	53:57	-	2	1:37	12	53:57
Lauvås	-	31:19	-	1	-	7	9:06	-	4:31:17	-	2	0:40	12	1:01:44	-	4:31:17	-	2	0:40	12	1:01:44	-	2	0:40	12	1:01:44
Finish	-	22:08	-	2	0:21	8	4:53	38.00	4:53:25	-	2	1:01	11	1:06:37	38.00	4:53:25	-	2	1:01	11	1:06:37	-	2	1:01	11	1:06:37