



# Mellomtider Riska TrailRun

Riska / 20.05.2017

## Exploitation détaillée

**Bjørn André Bolsøy**

Association: Riska TrailRun

Dossard: 188

Circuit: 38.00 km

Trail Run

Catégorie:

mann

Temps total: 4:33:36

Vitesse: 8.33 km/h

Kilométrage: 7:12 min/km

Place par parcours: 2 (de 143)

Meilleur temps dans le parcours: 3:46:48

Place par catégorie: 2(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   |       |        | catg. | Total |        | Total | km      |       |        | Temps | min/km |        |
| Dale        | -     | 1:03:36 | -     | 3      | 6:14  | 3     | 6:14   | -     | 1:03:36 | -     | 3      | 6:14  | 3      | 6:14   |
| Hogstad     | -     | 52:04   | -     | 3      | 7:10  | 3     | 7:10   | -     | 1:55:40 | -     | 2      | 13:24 | 2      | 13:24  |
| Storaberget | -     | 22:51   | -     | 6      | 3:26  | 6     | 3:26   | -     | 2:18:31 | -     | 2      | 16:50 | 2      | 16:50  |
| Myland      | -     | 1:00:58 | -     | 2      | 9:08  | 3     | 51:39  | -     | 3:19:29 | -     | 2      | 25:58 | 2      | 25:58  |
| Vårlivarde  | -     | 17:39   | -     | 9      | 5:09  | 10    | 5:09   | -     | 3:37:08 | -     | 2      | 31:07 | 2      | 31:07  |
| Lauvås      | -     | 31:27   | -     | 8      | 9:14  | 9     | 9:14   | -     | 4:08:35 | -     | 3      | 39:02 | 3      | 39:02  |
| Finish      | -     | 25:01   | -     | 23     | 7:46  | 29    | 7:46   | 38.00 | 4:33:36 | -     | 2      | 46:48 | 2      | 46:48  |