



Mellomtider Riska TrailRun

Riska / 20.05.2017

Exploitation détaillée

Kristian Haarr

Association: Ganddal IL

Dossard: 120

Circuit: 38.00 km

Trail Run

Catégorie:

mann

Temps total: 4:59:46

Vitesse: 7.61 km/h

Kilométrage: 7:54 min/km

Place par parcours: 14 (de 143)

Meilleur temps dans le parcours: 3:46:48

Place par catégorie: 12(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	-	1:14:49	-	33	17:27	35	17:27	-	1:14:49	-	33	17:27	35	17:27
Hogstad	-	55:58	-	17	11:04	18	11:04	-	2:10:47	-	20	28:31	21	28:31
Storaberget	-	26:38	-	32	7:13	34	7:13	-	2:37:25	-	23	35:44	25	35:44
Myland	-	1:08:00	-	11	16:10	13	58:41	-	3:45:25	-	16	51:54	18	51:54
Vårlivarde	-	18:51	-	17	6:21	20	6:21	-	4:04:16	-	18	58:15	20	58:15
Lauvås	-	31:16	-	6	9:03	6	9:03	-	4:35:32	-	12	1:05:59	14	1:05:59
Finish	-	24:14	-	17	6:59	21	6:59	38.00	4:59:46	-	12	1:12:58	14	1:12:58