



Mellomtider Riska TrailRun

Riska / 20.05.2017

Exploitation détaillée

Espen Handeland

Temps total: 5:17:39

Dossard: 56

Vitesse: 7.18 km/h

Kilométrage: 8:22 min/km

Circuit: 38.00 km

Trail Run

Place par parcours: 30 (de 143)

Meilleur temps dans le parcours: 3:46:48

Catégorie:

Place par catégorie: 27(de 118)

mann

Meilleur temps dans la catégorie: 3:46:48

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Etape	Place	Retard	Place		Retard	Total		Place	Retard	Place	Retard
	km	Temps				min/km	catg.		catg.	Total				
Dale	-	1:13:56	-	27	16:34	28	16:34	-	1:13:56	-	27	16:34	28	16:34
Hogstad	-	57:39	-	22	12:45	24	12:45	-	2:11:35	-	24	29:19	26	29:19
Storaberget	-	24:59	-	14	5:34	14	5:34	-	2:36:34	-	19	34:53	21	34:53
Myland	-	1:17:49	-	37	25:59	41	1:08:30	-	3:54:23	-	29	1:00:52	32	1:00:52
Vårlivarde	-	21:44	-	37	9:14	46	9:14	-	4:16:07	-	29	1:10:06	31	1:10:06
Lauvås	-	38:48	-	40	16:35	44	16:35	-	4:54:55	-	29	1:25:22	32	1:25:22
Finish	-	22:44	-	9	5:29	11	5:29	38.00	5:17:39	-	27	1:30:51	30	1:30:51