



# Mellomtider Riska TrailRun

Riska / 20.05.2017

## Exploitation détaillée

**Asgeir Garvik**

Association: Gjesdal IL

Dossard: 18

Circuit: 38.00 km

Trail Run

Catégorie:

mann

Temps total: 5:26:47

Vitesse: 6.98 km/h

Kilométrage: 8:36 min/km

Place par parcours: 35 (de 143)

Meilleur temps dans le parcours: 3:46:48

Place par catégorie: 32(de 118)

Meilleur temps dans la catégorie: 3:46:48

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Etape		Etape	Place	Retard	Etape		Total	Total	Total	Total	Place	Retard	Place	Retard
	km	Temps				min/km	catg.								
Dale	-	1:15:27	-	39	18:05	41	18:05	-	1:15:27	-	39	18:05	41	18:05	
Hogstad	-	1:00:45	-	43	15:51	46	15:51	-	2:16:12	-	40	33:56	42	33:56	
Storaberget	-	28:34	-	51	9:09	56	9:09	-	2:44:46	-	44	43:05	46	43:05	
Myland	-	1:18:44	-	39	26:54	44	1:09:25	-	4:03:30	-	38	1:09:59	42	1:09:59	
Vårlivarde	-	22:56	-	58	10:26	70	10:26	-	4:26:26	-	40	1:20:25	43	1:20:25	
Lauvås	-	37:16	-	32	15:03	35	15:03	-	5:03:42	-	41	1:34:09	44	1:34:09	
Finish	-	23:05	-	12	5:50	14	5:50	38.00	5:26:47	-	32	1:39:59	35	1:39:59	