



Mellomtider Riska TrailRun

Riska / 20.05.2017

Exploitation détaillée

Årstein Skjæveland

Association: Sagene IF sykkel-Triatlon

Dossard: 74

Circuit: 38.00 km

Trail Run

Catégorie:

mann

Temps total: 5:30:14

Vitesse: 6.90 km/h

Kilométrage: 8:42 min/km

Place par parcours: 44 (de 143)

Meilleur temps dans le parcours: 3:46:48

Place par catégorie: 41(de 118)

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	-	1:13:34	-	23	16:12	24	16:12	-	1:13:34	-	23	16:12	24	16:12
Hogstad	-	1:00:07	-	37	15:13	40	15:13	-	2:13:41	-	31	31:25	33	31:25
Storaberget	-	28:17	-	46	8:52	51	8:52	-	2:41:58	-	35	40:17	37	40:17
Myland	-	1:18:05	-	38	26:15	42	1:08:46	-	4:00:03	-	33	1:06:32	37	1:06:32
Vårlivarde	-	22:02	-	40	9:32	52	9:32	-	4:22:05	-	34	1:16:04	37	1:16:04
Lauvås	-	40:00	-	51	17:47	58	17:47	-	5:02:05	-	33	1:32:32	36	1:32:32
Finish	-	28:09	-	61	10:54	72	10:54	38.00	5:30:14	-	41	1:43:26	44	1:43:26