



# Mellomtider Riska TrailRun

Riska / 20.05.2017

## Exploitation détaillée

**Marius Udem**

Association: Riska TrailRun

Dossard: 186

Circuit: 38.00 km

Trail Run

Catégorie:

mann

Temps total: 5:46:31

Vitesse: 6.58 km/h

Kilométrage: 9:08 min/km

Place par parcours: 59 (de 143)

Meilleur temps dans le parcours: 3:46:48

Place par catégorie: 54(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	-	1:17:48	-	52	20:26	54	20:26	-	1:17:48	-	52	20:26	54	20:26
Hogstad	-	1:04:24	-	57	19:30	63	19:30	-	2:22:12	-	53	39:56	56	39:56
Storaberget	-	30:44	-	70	11:19	80	11:19	-	2:52:56	-	56	51:15	60	51:15
Myland	-	1:22:42	-	52	30:52	59	1:13:23	-	4:15:38	-	54	1:22:07	59	1:22:07
Vårlivarde	-	22:29	-	49	9:59	61	9:59	-	4:38:07	-	53	1:32:06	57	1:32:06
Lauvås	-	39:49	-	47	17:36	54	17:36	-	5:17:56	-	53	1:48:23	58	1:48:23
Finish	-	28:35	-	68	11:20	79	11:20	38.00	5:46:31	-	54	1:59:43	59	1:59:43