



# Mellomtider Riska TrailRun

Riska / 20.05.2017

## Detalizēti rezultāti

Dagny Håmsø

Numurs: 154

Posms: 38.00 km

Trail Run

Grupa:

kvinne

Kopējais laiks: 8:55:34

Ātrums: 4.26 km/h

Skrējiena izpildījums: 14:06 min/km

Vieta distancē: 133 (no 143)

Distances labākais laiks: 3:46:48

Vieta grupā: 22(no 25)

Grupas labākais laiks: 4:52:24

## Vidējie laiki

## Posma rezultāts

## Kopējais rezultāts

Kontrolpunkts	Posma		Posma min/km	Vietāztrūkum: grupā grupā		Vietāztrūkums Kopā Kopā		Kopā		Kopā min/km	Vietāztrūkum: grupā grupā		Vietāztrūkums Kopā Kopā	
	km	Laiks		grupā	grupā	Kopā	Kopā	km	Laiks		grupā	grupā	Kopā	Kopā
Dale	-	1:57:52	-	20	47:16	137	1:00:30	-	1:57:52	-	20	47:16	137	1:00:30
Hogstad	-	1:44:46	-	23	49:20	135	59:52	-	3:42:38	-	22	1:36:36	134	2:00:22
Storaberget	-	44:26	-	23	19:26	133	25:01	-	4:27:04	-	23	1:55:59	134	2:25:23
Myland	-	2:04:15	-	21	1:54:56	132	1:54:56	-	6:31:19	-	23	2:49:03	134	3:37:48
Vårlivarde	-	35:39	-	22	19:34	134	23:09	-	7:06:58	-	22	3:08:37	133	4:00:57
Lauvås	-	1:07:21	-	20	36:02	128	45:08	-	8:14:19	-	22	3:43:42	133	4:44:46
Finish	-	41:15	-	23	19:28	132	24:00	38.00	8:55:34	-	22	4:03:10	133	5:08:46