



# Mellomtider Riska TrailRun

Riska / 20.05.2017

## Detalizēti rezultāti

Sigve Øksendal

Numurs: 83

Posms: 38.00 km

Trail Run

Grupa:

mann

Kopējais laiks: 4:58:30

Ātrums: 7.64 km/h

Skrējiena izpildījums: 7:52 min/km

Vieta distancē: 13 (no 143)

Distances labākais laiks: 3:46:48

Vieta grupā: 11(no 118)

Grupas labākais laiks: 3:46:48

## Vidējie laiki

## Posma rezultāts

## Kopējais rezultāts

Kontrolpunkts	Posma rezultāts			Kopējais rezultāts										
	Posma km	Posma Laiks	Posma min/km	Vietāztrūkum: grupā	Vietāztrūkums: grupā	Kopā km	Kopā Laiks	Kopā min/km	Vietāztrūkum: grupā	Vietāztrūkums: grupā	Kopā km	Kopā Laiks		
Dale	-	1:14:50	-	34	17:28	36	17:28	-	1:14:50	-	34	17:28	36	17:28
Hogstad	-	56:37	-	19	11:43	20	11:43	-	2:11:27	-	23	29:11	24	29:11
Storaberget	-	27:02	-	36	7:37	39	7:37	-	2:38:29	-	28	36:48	30	36:48
Myland	-	1:07:33	-	9	15:43	11	58:14	-	3:46:02	-	20	52:31	22	52:31
Vårlivarde	-	18:10	-	13	5:40	16	5:40	-	4:04:12	-	17	58:11	19	58:11
Lauvås	-	31:21	-	7	9:08	8	9:08	-	4:35:33	-	14	1:06:00	16	1:06:00
Finish	-	22:57	-	10	5:42	12	5:42	38.00	4:58:30	-	11	1:11:42	13	1:11:42