



Mellomtider Riska TrailRun

Riska / 20.05.2017

Detalizēti rezultāti

Arvid Gilje

Klubs: GB Bygg AS

Numurs: 185

Posms: 38.00 km

Trail Run

Grupa:

mann

Kopējais laiks: 5:04:15

Ātrums: 7.49 km/h

Skrējiena izpildījums: 8:01 min/km

Vieta distancē: 20 (no 143)

Distances labākais laiks: 3:46:48

Vieta grupā: 18(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	-	1:07:49	-	11	10:27	11	10:27	-	1:07:49	-	11	10:27	11	10:27
Hogstad	-	56:11	-	18	11:17	19	11:17	-	2:04:00	-	11	21:44	11	21:44
Storaberget	-	24:30	-	11	5:05	11	5:05	-	2:28:30	-	11	26:49	11	26:49
Myland	-	1:12:55	-	23	21:05	27	1:03:36	-	3:41:25	-	11	47:54	11	47:54
Vårlivarde	-	18:55	-	18	6:25	21	6:25	-	4:00:20	-	11	54:19	13	54:19
Lauvås	-	35:12	-	19	12:59	22	12:59	-	4:35:32	-	12	1:05:59	14	1:05:59
Finish	-	28:43	-	70	11:28	81	11:28	38.00	5:04:15	-	18	1:17:27	20	1:17:27