



# Mellomtider Riska TrailRun

Riska / 20.05.2017

## Detalizēti rezultāti

### Vegar Melby

Klubs: Gjerpen friidrett/Langesund tri

Numurs: 129

Posms: 38.00 km

Trail Run

Grupa:

mann

Kopējais laiks: 5:15:47

Ātrums: 7.22 km/h

Skrējiena izpildījums: 8:19 min/km

Vieta distancē: 29 (no 143)

Distances labākais laiks: 3:46:48

Vieta grupā: 26(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 | Kopā min/km | Vietāztrūkum: grupā | Vietāztrūkums: grupā |    |
| Dale          | -               | 1:16:24     | -            | 43                  | 19:02                | 45      | 19:02      | -           | 1:16:24             | -                    | 43      | 19:02      | 45          | 19:02               | -                    | 43 |
| Hogstad       | -               | 58:16       | -            | 30                  | 13:22                | 32      | 13:22      | -           | 2:14:40             | -                    | 33      | 32:24      | 35          | 32:24               | -                    | 33 |
| Storaberget   | -               | 25:30       | -            | 18                  | 6:05                 | 20      | 6:05       | -           | 2:40:10             | -                    | 33      | 38:29      | 35          | 38:29               | -                    | 33 |
| Myland        | -               | 1:12:26     | -            | 19                  | 20:36                | 23      | 1:03:07    | -           | 3:52:36             | -                    | 28      | 59:05      | 31          | 59:05               | -                    | 28 |
| Vårlivarde    | -               | 21:16       | -            | 33                  | 8:46                 | 40      | 8:46       | -           | 4:13:52             | -                    | 27      | 1:07:51    | 29          | 1:07:51             | -                    | 27 |
| Lauvås        | -               | 35:43       | -            | 20                  | 13:30                | 23      | 13:30      | -           | 4:49:35             | -                    | 26      | 1:20:02    | 28          | 1:20:02             | -                    | 26 |
| Finish        | -               | 26:12       | -            | 39                  | 8:57                 | 47      | 8:57       | 38.00       | 5:15:47             | -                    | 26      | 1:28:59    | 29          | 1:28:59             | -                    | 26 |