



Mellomtider Riska TrailRun

Riska / 20.05.2017

Detalizēti rezultāti

Lars Helge Westerheim

Klubs: Stord allianselag

Numurs: 26

Posms: 38.00 km

Trail Run

Grupa:

mann

Kopējais laiks: 5:42:10

Ātrums: 6.66 km/h

Skrējiena izpildījums: 9:01 min/km

Vieta distancē: 55 (no 143)

Distances labākais laiks: 3:46:48

Vieta grupā: 51(no 118)

Grupas labākais laiks: 3:46:48

Vidējie laiki

Posma rezultāts

Kopējais rezultāts

Kontrolpunkts	Posma rezultāts			Vietāztrūkums:Vietāztrūkums		Kopā			Kopā		Vietāztrūkums:Vietāztrūkums		Kopā		
	Posma km	Posma Laiks	Posma min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums grupā	Kopā km	Kopā Laiks	Kopā min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums grupā	Kopā km	Kopā Laiks	Kopā min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums grupā
Dale	-	1:16:30	-	44	19:08	46	19:08	-	1:16:30	-	44	19:08	46	19:08	-
Hogstad	-	1:01:11	-	46	16:17	49	16:17	-	2:17:41	-	46	35:25	48	35:25	-
Storaberget	-	29:26	-	60	10:01	66	10:01	-	2:47:07	-	47	45:26	49	45:26	-
Myland	-	1:24:56	-	63	33:06	71	1:15:37	-	4:12:03	-	52	1:18:32	57	1:18:32	-
Vårlivarde	-	25:16	-	85	12:46	100	12:46	-	4:37:19	-	52	1:31:18	56	1:31:18	-
Lauvås	-	38:14	-	36	16:01	40	16:01	-	5:15:33	-	48	1:46:00	52	1:46:00	-
Finish	-	26:37	-	44	9:22	52	9:22	38.00	5:42:10	-	51	1:55:22	55	1:55:22	-