

		<i>Småkupert</i>	<i>Myr</i>	<i>Småkupert</i>	<i>Uforbakke</i>	<i>Motbakke</i>	<i>Sti-terreng</i>	<i>Kupert-ulend</i>	<i>Tid 1 runde</i>	<i>Tid 2 runder</i>	<i>Tid 3 runder</i>
<i>Terrengkategori</i>											
<i>Delstrekk nr.</i>		<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>			
<i>Lengde (meter)</i>		<b>790</b>	<b>330</b>	<b>510</b>	<b>300</b>	<b>300</b>	<b>650</b>	<b>700</b>	<b>3580</b>	<b>7160</b>	<b>10740</b>
<i>Stigning (meter)</i>		<b>45</b>	<b>0</b>	<b>20</b>	<b>0</b>	<b>60</b>	<b>25</b>	<b>25</b>	<b>175</b>	<b>350</b>	<b>525</b>
<i>Fall (meter)</i>		<b>35</b>	<b>0</b>	<b>5</b>	<b>60</b>	<b>0</b>	<b>20</b>	<b>45</b>	<b>165</b>	<b>330</b>	<b>495</b>
<b>Dato</b>	<b>Navn</b>										
24.06.2003	Hanne Staff	03:38	02:29	02:33	01:37	02:53	03:25	04:22	<b>20:57</b>		
24.06.2003	Anne Marie Bleken	04:06	02:56	03:06	01:54	03:36	04:07	05:17	<b>25:02</b>		
24.06.2003	Christian W Bøen	03:10	02:30	02:30	01:24	03:05	03:17	04:15	<b>20:11</b>		
24.06.2003	Andreas Aabel	03:33	02:22	02:41	01:31	03:21	03:37	04:35	<b>21:40</b>		
24.06.2003	Jørn Sundby	03:42	03:12	02:49	01:46	03:39	03:44	04:52	<b>23:44</b>		
24.06.2003	Einar Frøysadal	03:30	02:07	02:35	01:37	02:57	03:32	04:24	<b>20:42</b>		
24.06.2003	Jan Sverre Edstrøm	03:36	02:16	02:42	01:45	03:09	03:44	04:32	<b>21:44</b>		
24.06.2003	Johs. Hjelmstad	03:40	02:58	02:52	01:46	03:38	03:55	05:01	<b>23:50</b>		
24.06.2003	Torgeir Watne	03:46	02:41	02:41	01:40	03:16	03:26	04:25	<b>21:55</b>		
24.06.2003	Andreas Edstrøm	04:28	03:35	03:46	02:28	04:29	05:02	06:10	<b>29:58</b>		
24.06.2003	Ulf Brenna	03:26	02:20	02:29	01:29	02:52	03:17	04:09	<b>20:02</b>		
		03:45	02:30	02:34	01:32	03:02	03:18	04:10	<b>20:51</b>	<b>40:53</b>	
24.06.2003	Dag Solberg	03:32	02:34	02:37	01:33	03:11	03:40	04:35	<b>21:42</b>		
		04:01	02:42	02:45	01:38	03:16	03:30	04:23	<b>22:15</b>	<b>43:57</b>	
24.06.2003	Hans Olof Amblie	03:27	02:19	02:29	01:30	03:12	03:32	04:33	<b>21:02</b>		
		04:01	02:43	02:41	01:35	03:25	03:31	04:21	<b>22:17</b>	<b>43:19</b>	
24.06.2003	Bjørnar Valstad	03:09	02:04	02:11	01:20	02:26	02:56	03:47	<b>17:53</b>		
		03:22	02:20	02:19	01:19	02:41	03:03	03:43	<b>18:47</b>	<b>36:40</b>	

### Løpeteknisk test tirsdag 24. Juni 2003.

Ganske tunge løpsforhold. Ca. 16 grader og overskyet (noe regn under testen).

Meget vått i skogen etter mye nedbør siste tiden. Myra var ekstremt våt. Gjennomgående tråkk i nesten hele løypa.

Løypa var godt merket. Løypa sjekket. Ok

Det ble benyttet EKT postbukker og løperbrikker.