

	<i>Terrengkategori</i>	<i>Småkupert</i>	<i>Myr</i>	<i>Småkupert</i>	<i>Utforbakke</i>	<i>Motbakke</i>	<i>Sti-terreng</i>	<i>Kupert-ulendt</i>	<i>Tid 1 runde</i>	<i>Tid 2 runder</i>
	<i>Delstrekk nr.</i>	1	2	3	4	5	6	7		
	<i>Lengde (meter)</i>	790	330	510	300	300	650	700	3580	7160
	<i>Stigning (meter)</i>	45	0	20	0	60	25	25	175	350
	<i>Fall (meter)</i>	35	0	5	60	0	20	45	165	?
Dato	Navn									
17.04.2021	Tilda Johansson	04:01	02:27	03:00	01:50	03:32	03:58	04:46	23:34	
17.04.2021	Malin Sandstad	04:16	02:37	03:08	01:42	03:35	03:58	05:05	24:21	
17.04.2021	Jonas Fenne Ingierd	03:55	02:05	02:49	01:43	03:01	03:48	04:47	22:08	
17.04.2021	Aksel Eide	04:43	02:50	03:14	01:49	04:02	04:56	05:50	27:24	
17.04.2021	Viktor Meland Tangen								31:44	
17.04.2021	Sven August Tjernshaugen	04:10	02:39	03:22	02:01	03:42	04:53	05:46	26:33	
17.04.2021	Ralph Street	03:24	02:02	02:26	01:19	02:46	03:07	03:54	18:58	38:05
		03:27	02:12	02:25	01:19	02:49	03:07	03:48	19:07	
17.04.2021	Jo Forset Ingaard	03:28	01:58	02:23	01:34	02:45	03:11	04:04	19:23	39:04
		03:38	01:58	02:30	01:30	02:49	03:12	04:04	19:41	
17.04.2021	Nicolas Simonin	00:00	05:41	02:33	01:42	02:52	03:34	04:39	21:01	42:01
		03:43	02:20	02:38	01:40	02:56	03:25	04:18	21:00	
17.04.2021	Sondre Sande Gullord	03:45	02:19	02:42	01:47	03:09	03:34	04:47	22:03	44:11
		03:48	02:47	02:45	01:40	03:18	00:00	07:50	22:08	
17.04.2021	Eskil Sande Gullord	03:57	02:28	02:49	01:33	03:07	03:37	04:42	22:13	44:50
		04:03	02:44	02:53	01:33	03:21	03:35	04:28	22:37	
17.04.2021	Olav Ekrheim	03:54	00:00	05:18	01:32	03:26	04:05	04:49	23:04	47:54
		04:22	00:00	06:02	01:33	03:55	04:06	04:52	24:50	
17.04.2021	Håkon Meland-Tangen								29:14	58:41
									29:27	

Løpeteknisk test lørdag 17 april 2021.

Fine løpsforhold. Ca. 10 grader og sol. Tørr skogbunn men vått og kaldt i Skullerudmosen og ved "badekaret".

Tørre og fine forhold. Gjennomgående tråkk i nesten hele løypa.

Løypa var greit godt merket (Eskil, Gro og Egil).

Det ble benyttet pulsklokker med GPS som registrering.