

CRUCERO DE CARRERA NitoCoach
MARATÓN DEL VALLE - 21KM



TIEMPO OBJETIVO

2:39:50

RITMO PROMEDIO

0:07:35



km	Ritmo	Parcial	km
1	0:07:45	0:07:45	1
2	0:07:40	0:15:25	2
3	0:07:40	0:23:05	3
4	0:07:40	0:30:45	4
5	0:07:35	0:38:20	5
6	0:07:35	0:45:55	6
7	0:07:40	0:53:35	7
8	0:07:35	1:01:10	8
9	0:07:35	1:08:45	9
10	0:07:35	1:16:20	10
11	0:07:40	1:24:00	11
12	0:07:35	1:31:35	12
13	0:07:30	1:39:05	13
14	0:07:30	1:46:35	14
15	0:07:30	1:54:05	15
16	0:07:35	2:01:40	16
17	0:07:30	2:09:10	17
18	0:07:30	2:16:40	18
19	0:07:30	2:24:10	19
20	0:07:35	2:31:45	20
21.1	0:08:05	2:39:50	21.1

Ritmos Promedio

Primeros 10km	0:07:38
Segundos 10km	0:07:35