

CRUCERO DE CARRERA NitoCoach
MARATÓN DEL VALLE - 21KM



TIEMPO OBJETIVO

1:33:20

RITMO PROMEDIO

0:04:25



km	Ritmo	Parcial	km
1	0:04:35	0:04:35	1
2	0:04:30	0:09:05	2
3	0:04:30	0:13:35	3
4	0:04:30	0:18:05	4
5	0:04:25	0:22:30	5
6	0:04:25	0:26:55	6
7	0:04:30	0:31:25	7
8	0:04:25	0:35:50	8
9	0:04:25	0:40:15	9
10	0:04:25	0:44:40	10
11	0:04:30	0:49:10	11
12	0:04:25	0:53:35	12
13	0:04:20	0:57:55	13
14	0:04:20	1:02:15	14
15	0:04:20	1:06:35	15
16	0:04:25	1:11:00	16
17	0:04:20	1:15:20	17
18	0:04:20	1:19:40	18
19	0:04:20	1:24:00	19
20	0:04:25	1:28:25	20
21.1	0:04:55	1:33:20	21.1

Ritmos Promedio

Primeros 10km	0:04:28
Segundos 10km	0:04:25