

CRUCERO DE CARRERA NitoCoach
MARATÓN DEL VALLE - 21KM



TIEMPO OBJETIVO **2:34:35**
RITMO PROMEDIO **0:07:20**



km	Ritmo	Parcial	km
1	0:07:30	0:07:30	1
2	0:07:25	0:14:55	2
3	0:07:25	0:22:20	3
4	0:07:25	0:29:45	4
5	0:07:20	0:37:05	5
6	0:07:20	0:44:25	6
7	0:07:25	0:51:50	7
8	0:07:20	0:59:10	8
9	0:07:20	1:06:30	9
10	0:07:20	1:13:50	10
11	0:07:25	1:21:15	11
12	0:07:20	1:28:35	12
13	0:07:15	1:35:50	13
14	0:07:15	1:43:05	14
15	0:07:15	1:50:20	15
16	0:07:20	1:57:40	16
17	0:07:15	2:04:55	17
18	0:07:15	2:12:10	18
19	0:07:15	2:19:25	19
20	0:07:20	2:26:45	20
21.1	0:07:50	2:34:35	21.1

Ritmos Promedio

Primeros 10km	0:07:23
Segundos 10km	0:07:20