

CRUCERO DE CARRERA NitoCoach
MARATÓN DEL VALLE - 21KM



TIEMPO OBJETIVO

2:59:25

RITMO PROMEDIO

0:08:30



km	Ritmo	Parcial	km
1	0:08:40	0:08:40	1
2	0:08:35	0:17:15	2
3	0:08:35	0:25:50	3
4	0:08:35	0:34:25	4
5	0:08:30	0:42:55	5
6	0:08:30	0:51:25	6
7	0:08:35	1:00:00	7
8	0:08:30	1:08:30	8
9	0:08:30	1:17:00	9
10	0:08:30	1:25:30	10
11	0:08:35	1:34:05	11
12	0:08:30	1:42:35	12
13	0:08:25	1:51:00	13
14	0:08:25	1:59:25	14
15	0:08:25	2:07:50	15
16	0:08:30	2:16:20	16
17	0:08:25	2:24:45	17
18	0:08:25	2:33:10	18
19	0:08:25	2:41:35	19
20	0:08:30	2:50:05	20
21.1	0:09:20	2:59:25	21.1

Ritmos Promedio

Primeros 10km	0:08:33
Segundos 10km	0:08:32