

CRUCERO DE CARRERA NitoCoach
MARATÓN DEL VALLE - 21KM



TIEMPO OBJETIVO **2:13:35**
RITMO PROMEDIO **0:06:20**



km	Ritmo	Parcial	km
1	0:06:30	0:06:30	1
2	0:06:25	0:12:55	2
3	0:06:25	0:19:20	3
4	0:06:25	0:25:45	4
5	0:06:20	0:32:05	5
6	0:06:20	0:38:25	6
7	0:06:25	0:44:50	7
8	0:06:20	0:51:10	8
9	0:06:20	0:57:30	9
10	0:06:20	1:03:50	10
11	0:06:25	1:10:15	11
12	0:06:20	1:16:35	12
13	0:06:15	1:22:50	13
14	0:06:15	1:29:05	14
15	0:06:15	1:35:20	15
16	0:06:20	1:41:40	16
17	0:06:15	1:47:55	17
18	0:06:15	1:54:10	18
19	0:06:15	2:00:25	19
20	0:06:20	2:06:45	20
21.1	0:06:50	2:13:35	21.1

Ritmos Promedio

Primeros 10km	0:06:23
Segundos 10km	0:06:20