

CRUCERO DE CARRERA NitoCoach
MARATÓN DEL VALLE - 21KM



TIEMPO OBJETIVO **2:43:40**
RITMO PROMEDIO **0:07:45**



km	Ritmo	Parcial	km
1	0:07:55	0:07:55	1
2	0:07:50	0:15:45	2
3	0:07:50	0:23:35	3
4	0:07:50	0:31:25	4
5	0:07:45	0:39:10	5
6	0:07:45	0:46:55	6
7	0:07:50	0:54:45	7
8	0:07:45	1:02:30	8
9	0:07:45	1:10:15	9
10	0:07:45	1:18:00	10
11	0:07:50	1:25:50	11
12	0:07:45	1:33:35	12
13	0:07:40	1:41:15	13
14	0:07:40	1:48:55	14
15	0:07:40	1:56:35	15
16	0:07:45	2:04:20	16
17	0:07:40	2:12:00	17
18	0:07:40	2:19:40	18
19	0:07:40	2:27:20	19
20	0:07:45	2:35:05	20
21.1	0:08:35	2:43:40	21.1

Ritmos Promedio

Primeros 10km	0:07:48
Segundos 10km	0:07:47