

Challenge20リザルト

※皇居乾通り一般公開のため、皇居周回は約5.5K。混雑、信号あり。

		2019/12/7	1周目	2周目	3周目	4周目	average	ハーフ	30K	フル											
		曇り時々小雨	5.0Km	10.0Km	15.0Km	20.0Km	5.0Km	21.1Km	30.0Km	42.2Km											
KH Run	スタート			43	40																
	ゴール	39	10	1	25	33															
	ラップ (N)	0	39	10	0	41	53	0	40	32	2	51	2	4	3	12	5	42	4		
	タイム (G)	0	39	10	0	46	23				0	42	47	3	0	31	4	16	42	6	1
TE Walk	スタート																				
	ゴール	54	47																		
	ラップ (N)	0	54	47				0	54	47	3	51	9	5	28	42	7	42	19		
	タイム (G)	0	54	47				0	54	47	3	51	9	5	28	42	7	42	19		
SA Walk	スタート																				
	ゴール	48	10																		
	ラップ (N)	0	48	10				0	48	10	3	23	14	4	49	0	6	46	29		
	タイム (G)	0	48	10				0	48	10	3	23	14	4	49	0	6	46	29		
NA Walk	スタート																				
	ゴール	57	20																		
	ラップ (N)	0	57	20				0	57	20	4	1	55	5	44	0	8	3	50		

Walk	ゴール	1	23	45															
	ラップ (N)	1	23	45				1	23	45	5	53	23	8	22	30	11	46	46
	タイム (G)	1	23	45				1	23	45	5	53	23	8	22	30	11	46	46
TM	スタート																		
Walk	ゴール	1	23	45															
	ラップ (N)	1	23	45				1	23	45	5	53	23	8	22	30	11	46	46
	タイム (G)	1	23	45				1	23	45	5	53	23	8	22	30	11	46	46