

# Challenge20リザルト

		2020/11/7	1周目	2周目	3周目	4周目	average	ハーフ	30K	フル								
		晴れ	5.0Km	10.0Km	15.0Km	20.0Km	5.0Km	21.1Km	30.0Km	42.2Km								
IT Walk	スタート	/																
	ゴール	52	15															
	ラップ (N)	0	52	15			0	52	15	3	40	28	5	13	30	7	20	56
	タイム (G)	0	52	15			0	52	15	3	40	28	5	13	30	7	20	56
NY Walk	スタート	/																
	ゴール	52	20															
	ラップ (N)	0	52	20			0	52	20	3	40	49	5	14	0	7	21	38
	タイム (G)	0	52	20			0	52	20	3	40	49	5	14	0	7	21	38
NE Walk	スタート	/																
	ゴール	51	15															
	ラップ (N)	0	51	15			0	51	15	3	36	15	5	7	30	7	12	30
	タイム (G)	0	51	15			0	51	15	3	36	15	5	7	30	7	12	30
MS Walk	スタート	/																
	ゴール	52	40															
	ラップ (N)	0	52	40			0	52	40	3	42	14	5	16	0	7	24	27
	タイム (G)	0	52	40			0	52	40	3	42	14	5	16	0	7	24	27
OK	スタート	/																

Walk	ゴール	1	23	10																					
	ラップ (N)	1	23	10						1	23	10	5	50	55	8	19	0	11	41	51				
	タイム (G)	1	23	10						1	23	10	5	50	55	8	19	0	11	41	51				
NK Run	スタート	/																							
	ゴール		49	40																					
	ラップ (N)	0	49	40						0	49	40	3	29	34	4	58	0	6	59	8				
	タイム (G)	0	49	40						0	49	40	3	29	34	4	58	0	6	59	8				
UY Run	スタート	/				29	5		59	13	1	29	40												
	ゴール		29	5		59	13	1	29	22	2	2	20												
	ラップ (N)	0	29	5	0	30	8	0	30	9	0	32	40	0	30	31	2	8	46	3	3	6	4	17	32
	タイム (G)	0	29	5	0	30	8	0	30	9	0	32	58	0	30	35	2	9	3	3	3	30	4	18	6
TM Walk	スタート	/																							
	ゴール	1	23	10																					
	ラップ (N)	1	23	10						1	23	10	5	50	55	8	19	0	11	41	51				
	タイム (G)	1	23	10						1	23	10	5	50	55	8	19	0	11	41	51				
	スタート	/																							
	ゴール																								
	ラップ (N)	0	0	0						###	###	###	###	###	###	###	###	###	###	###	###				
	タイム (G)	0	0	0						###	###	###	###	###	###	###	###	###	###	###	###				