

Challenge20リザルト

2021/11/6		1周目	2周目	3周目	4周目	average	ハーフ	30K	フル											
晴天		5.0Km	10.0Km	15.0Km	20.0Km	5.0Km	21.1Km	30.0Km	42.2Km											
IT Walk	スタート			55	20															
	ゴール	52	7	2	14	35														
	ラップ (N)	0	52	7	1	19	15	1	5	41	4	37	9	6	34	6	9	14	18	
	タイム (G)	0	52	7	1	22	28			1	7	18	4	43	58	6	43	48	9	27
NE 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	
MN Walk	スタート			55	20															
	ゴール	52	7	2	14	35														
	ラップ (N)	0	52	7	1	19	15	1	5	41	4	37	9	6	34	6	9	14	18	
	タイム (G)	0	52	7	1	22	28			1	7	18	4	43	58	6	43	48	9	27
NK Walk	スタート																			
	ゴール	49	22																	
	ラップ (N)	0	49	22				0	49	22	3	28	18	4	56	12	6	56	36	
	タイム (G)	0	49	22				0	49	22	3	28	18	4	56	12	6	56	36	

TE Walk & Run	スタート				1	2	10																		
	ゴール		52	7	1	43	5																		
	ラップ (N)	0	52	7	0	40	55				0	46	31	3	16	17	4	39	6	6	32	33			
	タイム (G)	0	52	7	0	50	58				0	51	33	3	37	31	5	9	18	7	15	2			
TM Walk & Run	スタート				1	2	10	1	4	0	1	39	30												
	ゴール		52	7	1	43	5	1	38	0	2	16	40												
	ラップ (N)	0	52	7	0	40	55	0	34	0	0	37	10	0	41	3	2	53	13	4	6	18	5	46	25
	タイム (G)	0	52	7	0	50	58	-1	54	55	0	38	40	0	47	15	3	19	22	4	43	30	6	38	45
	スタート																								
	ゴール																								
	ラップ (N)	0	0	0							###	###	###	###	###	###	###	###	###	###	###	###			
	タイム (G)	0	0	0							###	###	###	###	###	###	###	###	###	###	###	###			
	スタート																								
	ゴール																								
	ラップ (N)	0	0	0							###	###	###	###	###	###	###	###	###	###	###	###			
	タイム (G)	0	0	0							###	###	###	###	###	###	###	###	###	###	###	###			
	スタート																								
	ゴール																								

