

FÉLMARATONI IRAMTÁBLÁZAT
1 ÓRA 30 PERCES CÉLBA ÉRÉS

1:30										
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
0:04:15	0:08:30	0:12:45	0:17:00	0:21:15	0:25:30	0:29:45	0:34:00	0:38:15	0:42:30	0:46:45
12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	21,1
0:51:00	0:55:15	0:59:30	1:03:45	1:08:00	1:12:15	1:16:30	1:20:45	1:25:00	1:29:16	1:29:42