

Taula de temps per quilòmetre per una mitja maratón

MITJA MARATÓN (21, 097 Km)	
mitja de temps per quilòmetre	temps final cursa
a 3 minuts 47 segons	1 hora 20 minuts
a 4 minuts 02 segons	1 hora 25 minuts
a 4 minuts 16 segons	1 hora 30 minuts
a 4 minuts 30 segons	1 hora 35 minuts
a 4 minuts 44 segons	1 hora 40 minuts
a 4 minuts 59 segons	1 hora 45 minuts
a 5 minuts 13 segons	1 hora 50 minuts
a 5 minuts 27 segons	1 hora 55 minuts
a 5 minuts 41 segons	2 hores
a 5 minuts 55 segons	2 hores 5 minuts
a 6 minuts 10 segons	2 hores 10 minuts
a 6 minuts 24 segons	2 hores 15 minuts
a 6 minuts 38 segons	2 hores 20 minuts