

	スタート	3A		4A		第1関門		5A		ゴール
時刻	5:30	6:20	6:23	7:28	7:31	8:09	8:14	9:07	9:14	10:30
所要時間	0:00	0:50	0:03	1:05	0:03	0:37	0:05	0:52	0:07	1:15
経過時間	0:00	0:50	0:53	1:58	2:01	2:39	2:44	3:37	3:44	5:00
距離	0	4.8		11		14.3		19.1		26
区間距離	4.8	6.2		3.3		4.8		6.9		0
ペース	0:10:30	0:10:30		0:11:30		0:11:00		0:11:00		

エイド合計            0:18