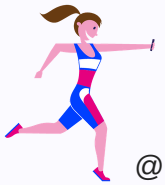
22

ABRIL

MEDIO MARATÓN RnR MADRID



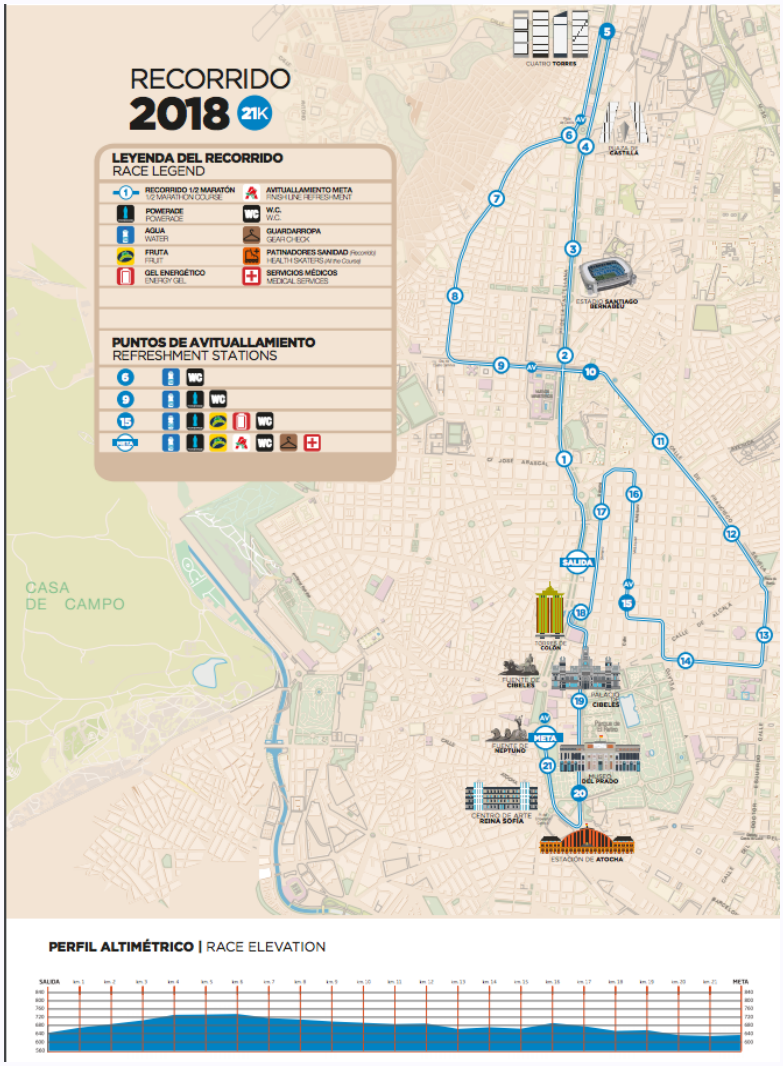
@blouse0

NOMBRE:

Nº DORSAL:

TIEMPO OBJETIVO:

RITMO MEDIO:



PLAN DE CARRERA SEGÚN KILÓMETROS

- ☐ .....
- ☐ .....
- ☐ .....
- ☐ .....
- ☐ .....
- ☐ .....
- ☐ .....
- ☐ .....
- ☐ .....
- ☐ .....