

一心FuRuN ペースメーカー表

0.0014

男女10マイルの部

	ペースメーカー
1	3分30秒/K
2	3分45秒/K
3	4分00秒/K
4	4分30秒/K
5	5分00秒/K
6	5分30秒/K
7	6分00秒/K

0.0014

男女10Kの部

	ペースメーカー
1	3分30秒/K
2	3分45秒/K
3	4分00秒/K
4	4分30秒/K
5	5分00秒/K
6	5分30秒/K
7	6分00秒/K