Braccialetto del passo: Maratona di Parigi

Obiettivo 6:00:00 su 42,2 km · 8:32/km di media · passo costante

Maratona di Parigi 6:00:00 ogni chilometro	8:32/km
km 1	**8:32**
km 2	**17:04**
km 3	**25:36**
km 4	**34:08**
km 5	**42:40**
km 6	**51:11**
km 7	**59:43**
km 8	**1:08:15**
km 9	**1:16:47**
km 10	**1:25:19**
km 11	**1:33:51**
km 12	**1:42:23**
km 13	**1:50:55**
km 14	**1:59:27**
km 15	**2:07:59**
km 16	**2:16:31**
km 17	**2:25:02**
km 18	**2:33:34**
km 19	**2:42:06**
km 20	**2:50:38**
km 21	**2:59:10**
km 22	**3:07:42**
km 23	**3:16:14**
km 24	**3:24:46**
km 25	**3:33:18**
km 26	**3:41:50**
km 27	**3:50:22**
km 28	**3:58:53**
km 29	**4:07:25**
km 30	**4:15:57**
km 31	**4:24:29**
km 32	**4:33:01**
km 33	**4:41:33**
km 34	**4:50:05**
km 35	**4:58:37**
km 36	**5:07:09**
km 37	**5:15:41**
km 38	**5:24:13**
km 39	**5:32:44**
km 40	**5:41:16**
km 41	**5:49:48**
km 42	**5:58:20**
Arrivo	**6:00:00**

Maratona di Parigi 6:00:00 ogni 5 km	8:32/km
km 5	**42:40**
km 10	**1:25:19**
km 15	**2:07:59**
km 20	**2:50:38**
Mezza	**3:00:00**
km 25	**3:33:18**
km 30	**4:15:57**
km 35	**4:58:37**
km 40	**5:41:16**
Arrivo	**6:00:00**

Istruzioni

1. Ritaglia le strisce lungo la linea tratteggiata. La striscia ogni 5 km si legge con un colpo d'occhio al polso; quella al chilometro va in tasca o sotto il pettorale.

2. Proteggila con nastro adesivo trasparente largo e fissala al polso con un elastico o sotto il cinturino dell'orologio.

3. I tempi partono dal tuo passaggio sulla linea di partenza (real time). In una gara con partenze a onde, l'orologio ufficiale può segnare di più.

4. Rispetta i tuoi tempi all'inizio anche se ti senti bene: il vantaggio preso troppo presto si paga spesso nell'ultimo quarto.

La gara

50ª edizione: domenica 4 aprile 2027

Partenza: Champs-Élysées

Arrivo: avenue Foch

Tempo limite: 7:00:00

Braccialetto gratis, da rifare per qualsiasi tempo su tempocito.com/it/braccialetto-passo

File generato il 2026-11-09. Controlla data, percorso e tempi massimi sul sito dell'organizzatore.