

チェシ 莊ユマツ。フツタモ

・オ・ニ・エ・ : ケトコエツ邊リ

_MD_POSTEDONナ ニシヤ: [Hamada](#) キヌコワニ 2012-6-12

)

ケトコエツ邊リ

ナミツ・飯 ミ。シ 荅ハスヲ。ヒ

フセチー ウリヌツ 5000SB 5000PB 10000SB 10000PB コ」オィ、ホ、ス、ホツセヘユホマ、ハオユマツ
ツタナトセサエ 4 15'33"78 15'08"35)) 31'16"25 。。
コ 蹴ニツタ 4 15'43"39 14'57"68 。。 31'51"19 9'40"22。ハ3000mSC。ヒ
テオコ クサハ 4 16'11"58 15'21"67) 33'31"99)
サ鉦トケキハツ 4 15'33"77 15'20"58) 31'56"32)
タミコ菟 タ 3 15'34"26 14'57"68 32'07"01 30'49"62 8'51"68。ハ3000m。ヒ
ツ屋ウホフ 3 15'26"40 15'26"40 32'11"25 31'48"07 8'53"45(3000m。ヒ
セセヒヲサ 3 15'25"37 15'21"01 。。 31'42"96 8'44"23。ハ3000m。ヒ
サ鉦簧シ 2 15'25"15 15'25"15 。。 32'00"72 8'51"73。ハ3000m。ヒ
°タテマオラサヒ 2 15'03"04 15'03"04) 30'51"59 。。
セセイヤケケケ 2 15'28"45 15'28"45 32'42"39 32'42"39 。。
サアコキ フ 2 15'14"24 15'14"24 。。 32'10"73 9'01"78。ハ3000m。ヒ
シ義レス暮 2 15'06"42 15'06"42 。。 。。 8'40"03。ハ3000m。ヒ
トナトス°ー 1 15'24"89 15'12"36)))
8ツハツカム 。。 15'19"24 15'07"61))) 31'32"09) 。。

コ ツ。。ハスチエイ

。。」アチネ」イチネ」ウチネ」エチネ

ケトコエツ邊リ サアコ。。キ フ

32'26"52(4)) ニサコヤ。。ケツナミ

) 33'10"05(7) ツ屋ウ。。ホフ

) 32'49"74(5) タミコ荅。キ タ

31'55"25(9)

セセヒヲ。。タサ

32'34"65(7) テ賺ウエヨー ネ

33'58"43(8) コエフ釭。カウハツ

) 32'57"29(7) °タテマ。。オラサヒ32'51"47(14))

コ ツ。。チニ ワツ邊リワチ。

ツカ ツカ ツカ ツカ ツカ ツカ ツカ ツカ
14.6km 13.2km 9.5km 14.0km 11.6km 12.3km 11.9km 19.7km

ナ、ツカ「チェネ」05:44:10。

ハツイヤ ヘ ソケヒワ チアテメ タミキ キ タフ ー ー ヨセヨトハ ヘコイ セヨタ ヒ ツタマコサ-アコ ス、ホ レ ソオ

47:37:00 1:29:55 **1:59:35** 2:44:52 3:22:10 4:01:46 4:40:30 5:44:10

47:37(25) 42:18(23) **29:40(19)** 45:17(21) 37:18(18) 39:36(19) 38:44(18) 01:03:40(13)

°òÇ⁻ii^À³^³Ø^À±Ø^ÀÁ

ii

¹Ä³Ø´Û^ÀÇ³Ø

£±¶è;Ê8.5km;Ê ß^ÀÄ^Äii^µ×»Ê 26'37;Ê3°;Ê

£²¶è;Ê10.6km;Ê Ä^Ð°ä;Ê·ò^ÀÄ 32'57";Ê6°;Ê

£³¶è;Ê8.1km;Ê Ä^ÀÄ^Äii^¼»´ð 25'33";Ê2°;Ê

£´¶è;Ê8.3km;Ê ¾¾^¾ÊÛ;ÊÄ» 27'20";Ê4°;Ê

£µ¶è;Ê10.3km;Ê Â^Ç»³;Êî^µè 35'10";Ê4°;Ê

£¶¶è;Ê6.2km;Ê ¼^ä°Û;Ê½^ä° 20'12";Ê4°;Ê

£·¶è;Ê12.5km;Ê Ä^îÄ^¼ii^¹-É× 40'51";Ê5°;Ê

î¾´ô±Ø^ÀÁ

ii £±¶è £²¶è £³¶è £´¶è £µ¶è £¶¶è

¥^Á¼¥^à¾ (12.4km) (7.3km) (6.0km) (9.8km) (5.3km) (11.8km)

¹Ä^ÖÛ´Û^ÀÇ ß^ÀÄ^Ä ii^µ×»Ê Ý[°]æ æÆÄ^À¼^ä°Û ½^ä° Æ^ÀÄ^Ä ¾^¼»´ð Ä[«]°è ¹»Ê Â^Ç»³ î^µè

;Ê»°½^Ä;Ê (20) 38:44 (17) 1:01:38 (17) 1:20:20 (15) 1:50:19 (15) 2:06:31 (15) 2:43:46

ii (20) 38:44 (14) 22:54 (14) 18:42 (11) 29:59 (13) 16:12 (20) 37:15