

Марьинский полумарафон 2015

Автор: Святослав
09.08.2015 20:17



8 августа 2015 года

Марьинский полумарафон 2015. Прекрасная организация соревнований:) Остались только позитивные эмоции после пробежки, несмотря на то, что по результату забег оказался одним из худших за весь год. 2 часа 18 минут под палящим солнцем при температуре +25 градусов. Видимо ещё и сказалось то, что за 6 дней до этого бежал 33 км Golden Ring Ultra.

Очень много фотографий было сделано и главное - бесплатно:)

Только стартовали - ещё бодрячком

Марьинский полумарафон 2015

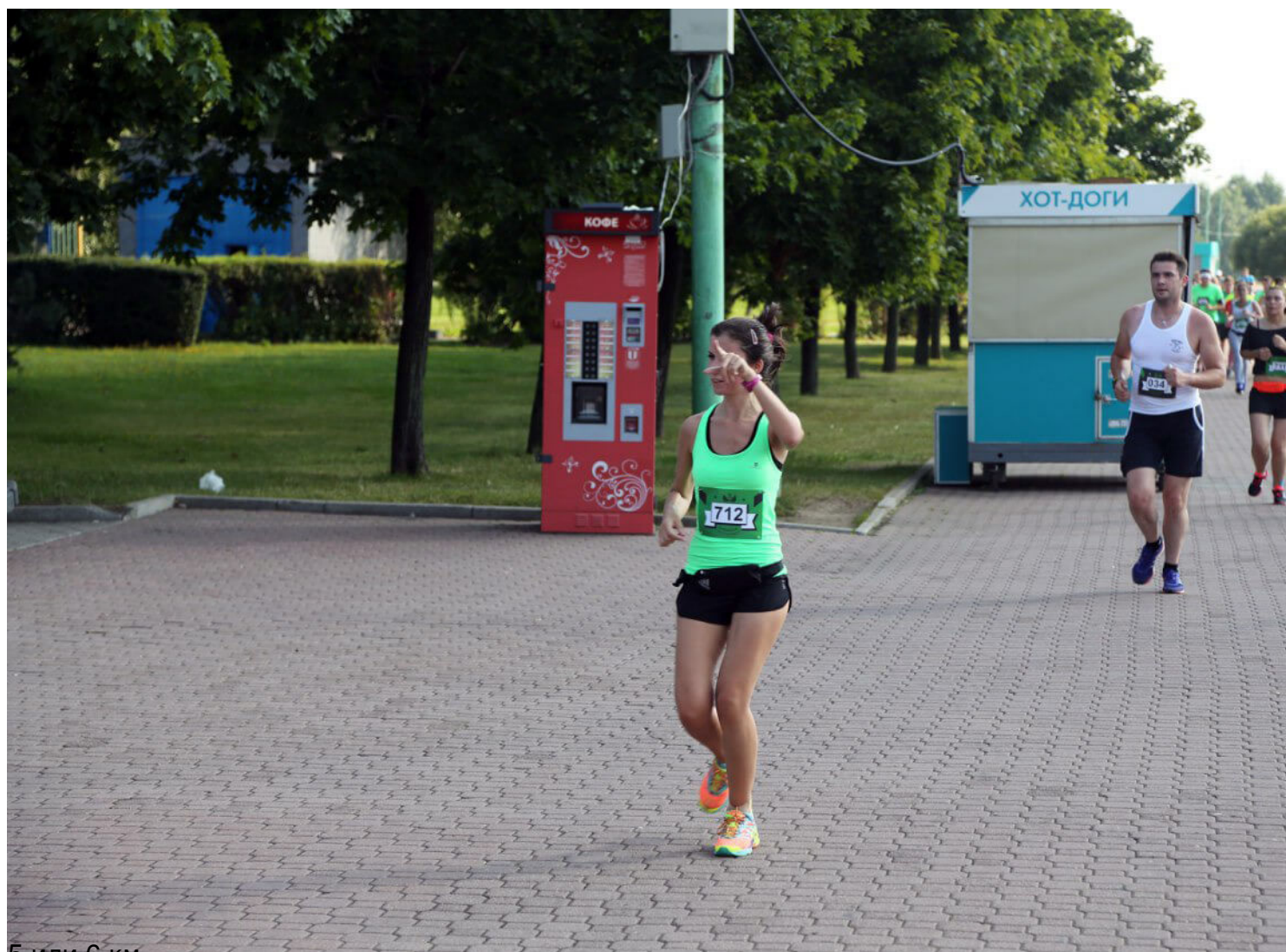
Автор: Святослав
09.08.2015 20:17



отметка 3.5 км

Марьинский полумарафон 2015

Автор: Святослав
09.08.2015 20:17



5 или 6 км

Марьинский полумарафон 2015

Автор: Святослав
09.08.2015 20:17



Марьинский полумарафон 2015

Автор: Святослав
09.08.2015 20:17

Марьинский полумарафон 2015

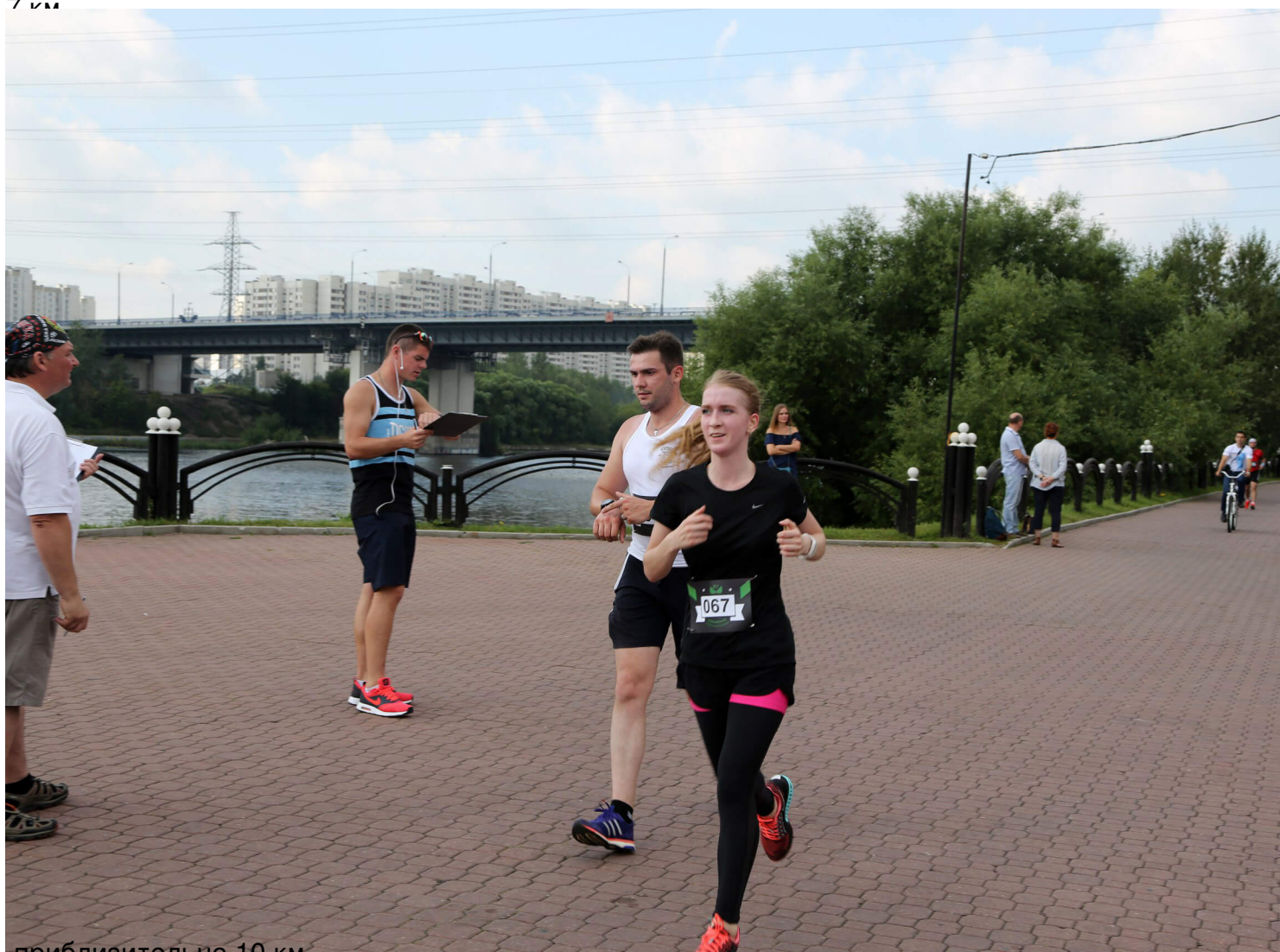
Автор: Святослав
09.08.2015 20:17



Марьинский полумарафон 2015

Автор: Святослав
09.08.2015 20:17

7 км



приблизительно 10 км

Марьинский полумарафон 2015

Автор: Святослав
09.08.2015 20:17



Марьинский полумарафон 2015

Автор: Святослав

09.08.2015 20:17

12.15 км?



Марьинский полумарафон 2015

Автор: Святослав
09.08.2015 20:17



Марьинский полумарафон 2015

Автор: Святослав
09.08.2015 20:17



Анимация. Танцуем румбу =)

Марьинский полумарафон 2015

Автор: Святослав
09.08.2015 20:17



Марьинский полумарафон 2015

Автор: Святослав
09.08.2015 20:17



Велосипед (Флорис) Бюджетное средство передвижения (кампания состав три) иш ног совершенно

Марьинский полумарафон 2015

Автор: Святослав
09.08.2015 20:17



08.08.2015 в 09:00 25 км (сред.) майка боксёрка хб, кросс адидаас, очень жарко, бежали на

3 км	16.44	156	
6 км	18.57	157	
7 км	6.41	155	
10 км	19.36	158	
13 км		20.23	160
14 км	6.51	163	
17 км	20.58	164	
20 км	21.45	166	
21 км	6.28	173	
пульсометр -	2.18.27		

2473 калорий 161 - ср, 180 - макс
Марьинский полумарафон

Марьинский полумарафон 2015

Автор: Святослав
09.08.2015 20:17

без плеера