

PAULO MENDES DA ROSA

MODALIDADE 5,5KM



CERTIFICADO

5,5KM SHALOM ADONAI

CRONOMETRAGEM



REALIZAÇÃO

FICHA DE DESEMPENHO



29/09/18 SOROCABA/SP



EQUIPE

ALÊ ALEMIDA



Nº DO ATLETA

5107



CLASSIFICAÇÃO

122 MF

9 M-60-69



TEMPO LÍQUIDO

00:45:57



TEMPO BRUTO

00:46:32



PACE

00:08:21min/km



VELOCIDADE MÉDIA

7,182km/h

CAMPEÃO DA PROVA

00:18:31

CAMPEÃO DA CATEGORIA

00:26:19

DIFERENÇA

3285 m + 00:27:26

DIFERENÇA

2351 m + 00:19:38