

ADÃO CARLOS DE MEDEIROS

MODALIDADE 5KM



CERTIFICADO

III CORRIDA INSTITUTO IDEAS

CRONOMETRAGEM



REALIZAÇÃO

YASDESIGNER.COM.BR

FICHA DE DESEMPENHO



03/11/18 SP/SP



EQUIPE



Nº DO ATLETA

461



CLASSIFICAÇÃO

195 MF

26 M-45-49



TEMPO LÍQUIDO

00:33:02



TEMPO BRUTO

00:33:49



PACE

DP: 5000m - 00:06:36min/km



VELOCIDADE MÉDIA

9,082km/h

CAMPEÃO DA PROVA

00:18:00

CAMPEÃO DA CATEGORIA

00:20:54

DIFERENÇA

2278 m + 00:15:02

DIFERENÇA

1838 m + 00:12:08