

ADEMIR GONÇALVES DE SOUZA

MODALIDADE 5KM



CERTIFICADO

III CORRIDA INSTITUTO IDEAS

CRONOMETRAGEM



REALIZAÇÃO

YASDESIGNER.COM.BR

FICHA DE DESEMPENHO



03/11/18 SP/SP



EQUIPE

MORATA



Nº DO ATLETA

463



CLASSIFICAÇÃO

154 MF

19 M-45-49



TEMPO LÍQUIDO

00:29:56



TEMPO BRUTO

00:30:58



PACE

DP: 5000m - 00:05:58min/km



VELOCIDADE MÉDIA

10,022km/h

CAMPEÃO DA PROVA

00:18:00

CAMPEÃO DA CATEGORIA

00:20:54

DIFERENÇA

2000 m + 00:11:56

DIFERENÇA

1514 m + 00:09:02