

ALESSANDRO LUÍS DA SILVA COUTINHO

MODALIDADE 5KM



CERTIFICADO

CIRCUITO TRANSFORMAR - ETAPA
TRANSFORMAÇÃO

CRONOMETRAGEM



REALIZAÇÃO

YASDESIGNER.COM.BR

FICHA DE DESEMPENHO



08/12/18 SP/SP



EQUIPE

PRAZER EM CORRER



Nº DO ATLETA

2205



CLASSIFICAÇÃO

233 MF

59 M-30-34



TEMPO LÍQUIDO

00:23:12



TEMPO BRUTO

00:23:48



PACE

DP: 5000m - 00:04:38min/km



VELOCIDADE MÉDIA

12,931km/h

CAMPEÃO DA PROVA

00:15:17

CAMPEÃO DA CATEGORIA

00:16:50

DIFERENÇA

1709 m + 00:07:55

DIFERENÇA

1374 m + 00:06:22