

# FLAVIO AMARO DO NASCIMENTO

MODALIDADE 6K



## CERTIFICADO

LADEIRAS TRAIL SANTA ISABEL-6K

CRONOMETRAGEM



REALIZAÇÃO

### FICHA DE DESEMPENHO



20/01/19 SANTA ISABEL/SP



EQUIPE

JEFFERSON



Nº DO ATLETA

6192



CLASSIFICAÇÃO

58 MF

19 M-30-39



TEMPO LÍQUIDO

01:07:11



TEMPO BRUTO

01:07:32



PACE

DP: 6000m - 00:11:11min/km



VELOCIDADE MÉDIA

5,358km/h

CAMPEÃO DA PROVA

00:35:26

CAMPEÃO DA CATEGORIA

00:38:54

DIFERENÇA

2839 m + 00:31:45

DIFERENÇA

2529 m + 00:28:17