

ADILSON FERNANDES COSTA FERNANDES COSTA

MODALIDADE 6K



CERTIFICADO

LADEIRAS TRAIL SANTA ISABEL-6K

CRONOMETRAGEM



REALIZAÇÃO

FICHA DE DESEMPENHO



20/01/19 SANTA ISABEL/SP



EQUIPE

OS BONITOS E O ADILSON



Nº DO ATLETA

6228



CLASSIFICAÇÃO

70 MF

23 M-30-39



TEMPO LÍQUIDO

01:09:13



TEMPO BRUTO

01:09:40



PACE

DP: 6000m - 00:11:31min/km



VELOCIDADE MÉDIA

5,201km/h

CAMPEÃO DA PROVA

00:35:26

CAMPEÃO DA CATEGORIA

00:38:54

DIFERENÇA

2933 m + 00:33:47

DIFERENÇA

2632 m + 00:30:19

YASDESIGNER.COM.BR