

JOSE CARLOS DA SILVA

MODALIDADE 4KMBANCARIO



CERTIFICADO

XI DESAFIO DOS TRABALHADORES -
4KM

FICHA DE DESEMPENHO



01/05/19 OSASCO/SP



EQUIPE



Nº DO ATLETA

219



CLASSIFICAÇÃO

13 MF

2 M-50-54



TEMPO LÍQUIDO

00:18:45



TEMPO BRUTO

00:19:14



PACE

DP: 4000m - 00:04:40min/km



VELOCIDADE MÉDIA

12,800km/h

CAMPEÃO DA PROVA

00:14:14

CAMPEÃO DA CATEGORIA

00:17:00

DIFERENÇA

968 m + 00:04:31

DIFERENÇA

375 m + 00:01:45

CRONOMETRAGEM



REALIZAÇÃO

YASDESIGNER.COM.BR