

ADILSON FERNANDES COSTA

MODALIDADE 10K



CERTIFICADO

IGARATA 10KM

CRONOMETRAGEM



REALIZAÇÃO

FASDESIGNER.COM.BR

FICHA DE DESEMPENHO



18/03/18 IGARATA/SP



EQUIPE

OS BONITOS E O ADILSON



Nº DO ATLETA

1720



CLASSIFICAÇÃO

272 MF

94 M-30-39



TEMPO LÍQUIDO

01:07:12



TEMPO BRUTO

01:09:12



PACE

00:06:43min/km



VELOCIDADE MÉDIA

8,929km/h

CAMPEÃO DA PROVA

00:36:46

CAMPEÃO DA CATEGORIA

00:40:08

DIFERENÇA

4531 m + 00:30:26

DIFERENÇA

4030 m + 00:27:04