

ALANDO DAMIAO SILVA

MODALIDADE 7KM



CERTIFICADO

6A ECOMANANCIAS SABESP - 7KM

FICHA DE DESEMPENHO



10/11/19 VARGEM/SP



EQUIPE

AWR



Nº DO ATLETA

452



CLASSIFICAÇÃO 13 MF

4 M-30-39



TEMPO LÍQUIDO

00:31:20



TEMPO BRUTO

00:32:12



PACE

DP: 7000m - 00:04:28min/km



VELOCIDADE MÉDIA

13,404km/h

CAMPEÃO DA PROVA

00:24:10

CAMPEÃO DA CATEGORIA

00:26:30

DIFERENÇA

1799 m + 00:08:02

DIFERENÇA

1276 m + 00:05:42

CRONOMETRAGEM



REALIZAÇÃO