

# ORLANDO DA SILVA PEREIRA

MODALIDADE 10KM



## CERTIFICADO

BOOTCAMP TREINAMENTO  
TRANSFORMAÇÃO 10KM

FICHA DE DESEMPENHO



15/12/19 SÃO SEBASTIÃO/SP



EQUIPE



Nº DO ATLETA

19



CLASSIFICAÇÃO

27 MF

27 M-GERAL



TEMPO LÍQUIDO

01:14:45



TEMPO BRUTO

01:14:52



PACE

DP: 10000m - 00:07:28min/km



VELOCIDADE MÉDIA

8,027km/h

CAMPEÃO DA PROVA

00:44:10

CAMPEÃO DA CATEGORIA

00:44:10

DIFERENÇA

4096 m + 00:30:35

DIFERENÇA

4096 m + 00:30:35

CRONOMETRAGEM



REALIZAÇÃO