

JOAO PAULO SANTOS FERNANDES DO PRADO

MODALIDADE 10KM



CERTIFICADO

10KM VIRADA MAPA

FICHA DE DESEMPENHO



29/12/19 RIO GRANDE DA SERRA/SP



EQUIPE

MAFIA RUNNERS



Nº DO ATLETA

1111



CLASSIFICAÇÃO

44 MF

2 M-30-34



TEMPO LÍQUIDO

00:58:55



TEMPO BRUTO

01:00:39



PACE

DP: 10000m - 00:05:53min/km



VELOCIDADE MÉDIA

10,184km/h

CAMPEÃO DA PROVA

00:37:51

CAMPEÃO DA CATEGORIA

00:53:47

DIFERENÇA

3581 m + 00:21:04

DIFERENÇA

873 m + 00:05:08

CRONOMETRAGEM



REALIZAÇÃO