

HELTON ROGÉRIO DA SILVA

MODALIDADE 10KM



CERTIFICADO

X RUSTICA DE PINHAIS - 10KM

FICHA DE DESEMPENHO



12/12/21 PINHAIS/PR



EQUIPE



Nº DO ATLETA

187



CLASSIFICAÇÃO

10 MF

3 M-35-39



TEMPO LÍQUIDO

00:37:54



TEMPO BRUTO

00:37:58



PACE

DP: 10000m - 00:03:47min/km



VELOCIDADE MÉDIA

15,831km/h

CAMPEÃO DA PROVA

00:31:11

CAMPEÃO DA CATEGORIA

00:36:23

DIFERENÇA

1775 m + 00:06:43

DIFERENÇA

401 m + 00:01:31

CRONOMETRAGEM



REALIZAÇÃO