

# JOSÉ SEBASTIÃO SILVA

MODALIDADE 10KM



## CERTIFICADO

X RUSTICA DE PINHAIS - 10KM

FICHA DE DESEMPENHO



12/12/21 PINHAIS/PR



EQUIPE



Nº DO ATLETA

234



CLASSIFICAÇÃO 41 MF

3 M-45-49



TEMPO LÍQUIDO

00:42:13



TEMPO BRUTO

00:42:15



PACE

DP: 10000m - 00:04:13min/km



VELOCIDADE MÉDIA

14,212km/h

CAMPEÃO DA PROVA

00:31:11

CAMPEÃO DA CATEGORIA

00:38:23

DIFERENÇA

2617 m + 00:11:02

DIFERENÇA

909 m + 00:03:50

CRONOMETRAGEM



REALIZAÇÃO