

NILTON MIGUEL DE SOUSA

MODALIDADE 5K



CERTIFICADO

5KM VIRADA JOSEENSE 2021

FICHA DE DESEMPENHO



31/12/21 SAO JOSE DOS CAMPOS/SP



EQUIPE

ADMPERFORMACERUN



Nº DO ATLETA

776



CLASSIFICAÇÃO

12 MF

2 M-40-44



TEMPO LÍQUIDO

00:20:00



TEMPO BRUTO

00:20:02



PACE

DP: 5000m - 00:04:00min/km



VELOCIDADE MÉDIA

15,000km/h

CAMPEÃO DA PROVA

00:17:25

CAMPEÃO DA CATEGORIA

00:19:11

DIFERENÇA

646 m + 00:02:35

DIFERENÇA

204 m + 00:00:49

CRONOMETRAGEM



REALIZAÇÃO