

# PAULO ANDRÉ FERRAZ

MODALIDADE 5KM



## CERTIFICADO

5KM - CIRCUITO PONTA GROSSA - 1  
ETAPA

FICHA DE DESEMPENHO



12/06/22 PONTA GROSSA/PR



EQUIPE

FARTLAK



Nº DO ATLETA

691



CLASSIFICAÇÃO

20 MF

5 M-30-34



TEMPO LÍQUIDO

00:22:14



TEMPO BRUTO

00:22:18



PACE

DP: 5000m - 00:04:26min/km



VELOCIDADE MÉDIA

13,493km/h

CAMPEÃO DA PROVA

00:18:39

CAMPEÃO DA CATEGORIA

00:20:05

DIFERENÇA

808 m + 00:03:35

DIFERENÇA

485 m + 00:02:09

CRONOMETRAGEM



REALIZAÇÃO