

# ADRIANO JOSÉ PINHEIRO

MODALIDADE 3KM



## CERTIFICADO

3KM - CIRCUITO PONTA GROSSA - 1  
ETAPA

FICHA DE DESEMPENHO



12/06/22 PONTA GROSSA/PR



EQUIPE

RUNNERS CASTRO



Nº DO ATLETA

939



CLASSIFICAÇÃO

3 MF

0 M-16-65



TEMPO LÍQUIDO

00:10:14



TEMPO BRUTO

00:10:16



PACE

DP: 3000m - 00:03:24min/km



VELOCIDADE MÉDIA

17,590km/h

CAMPEÃO DA PROVA

00:09:47

CAMPEÃO DA CATEGORIA

00:16:30

DIFERENÇA

142 m + 00:00:29

DIFERENÇA

-1833 m +

CRONOMETRAGEM



REALIZAÇÃO