

JOSÉ RICARDO PRADO RAMOS

MODALIDADE 8KM



CERTIFICADO

SPRUN

FICHA DE DESEMPENHO



12/02/23 SP/SP



EQUIPE PARCAS DA CORRIDA E GRUPOS PAR



Nº DO ATLETA 2081



CLASSIFICAÇÃO 249 MF 31 M-45-49



TEMPO LÍQUIDO 00:55:13



TEMPO BRUTO 00:56:02



PACE DP: 8000m - 00:06:54min/km



VELOCIDADE MÉDIA 9,000km/h

CAMPEÃO DA PROVA

00:28:15

CAMPEÃO DA CATEGORIA

00:33:58

DIFERENÇA

3908 m + 00:26:58

DIFERENÇA

3080 m + 00:21:15

CRONOMETRAGEM



REALIZAÇÃO