

NILVO PAULA DA SILVA

MODALIDADE 8KM



CERTIFICADO

SPRUN

FICHA DE DESEMPENHO

		12/02/23 SP/SP
	EQUIPE	LK RUNNERS
	Nº DO ATLETA	2234
	CLASSIFICAÇÃO	10 MF 2 M-50-54
	TEMPO LÍQUIDO	00:34:22
	TEMPO BRUTO	00:34:39
	PACE	DP: 8000m - 00:04:17min/km
	VELOCIDADE MÉDIA	14,000km/h
CAMPEÃO DA PROVA		CAMPEÃO DA CATEGORIA
00:28:15		00:34:05
DIFERENÇA		DIFERENÇA
1428 m + 00:06:07		66 m + 00:00:17

CRONOMETRAGEM



REALIZAÇÃO