

FRANCISCO ELCIO FERREIRA NASCIMENTO

MODALIDADE 5KM



CERTIFICADO

ITAPECERICA RUN 5KM

FICHA DE DESEMPENHO



16/12/18 ITAPECERICA DA SERRA/SP



EQUIPE

BACK RUNNERS



Nº DO ATLETA

104



CLASSIFICAÇÃO

29 MF

11 M-30-39



TEMPO LÍQUIDO

00:23:26



TEMPO BRUTO

00:23:26



PACE

DP: 5000m - 00:04:40min/km



VELOCIDADE MÉDIA

12,802km/h

CAMPEÃO DA PROVA

00:17:20

CAMPEÃO DA CATEGORIA

00:19:27

DIFERENÇA

1307 m + 00:06:06

DIFERENÇA

854 m + 00:03:59

CRONOMETRAGEM



REALIZAÇÃO

YASDESIGNER.COM.BR