

SILVIA MARIA SOARES FERREIRA

MODALIDADE 4KMBANCARIO



CERTIFICADO

XI DESAFIO DOS TRABALHADORES -
4KM

CRONOMETRAGEM



REALIZAÇÃO

YASDESIGNER.COM.BR

FICHA DE DESEMPENHO



01/05/19 OSASCO/SP



EQUIPE

APCEF/SP



Nº DO ATLETA

209



CLASSIFICAÇÃO

28 MF

1 F-60-64



TEMPO LÍQUIDO

00:28:42



TEMPO BRUTO

00:28:59



PACE

DP: 4000m - 00:07:10min/km



VELOCIDADE MÉDIA

8,362km/h

CAMPEÃO DA PROVA

00:19:35

CAMPEÃO DA CATEGORIA

00:28:42

DIFERENÇA

1272 m + 00:09:07

DIFERENÇA

0 m +