

RAFAELA ADAMO

MODALIDADE 4KMGERAL



CERTIFICADO

XI DESAFIO DOS TRABALHADORES -
4KM

FICHA DE DESEMPENHO



01/05/19 OSASCO/SP



EQUIPE

EQUIPE DESAFIO - ACM OSASCO HE



Nº DO ATLETA

592



CLASSIFICAÇÃO

261 MF

10 F-20-24



TEMPO LÍQUIDO

00:30:48



TEMPO BRUTO

00:31:47



PACE

DP: 4000m - 00:07:42min/km



VELOCIDADE MÉDIA

7,792km/h

CAMPEÃO DA PROVA

00:14:19

CAMPEÃO DA CATEGORIA

00:22:28

DIFERENÇA

2141 m + 00:16:29

DIFERENÇA

1082 m + 00:08:20

CRONOMETRAGEM



REALIZAÇÃO

YASDESIGNER.COM.BR