

JOAO GERALDO DA SILVA

MODALIDADE 10KM



CERTIFICADO

10KM - 3A GRAND PLAZA RUN

CRONOMETRAGEM



REALIZAÇÃO

FICHA DE DESEMPENHO



22/09/19 SANTO ANDRE/SP



EQUIPE

AMIGOS RUNNER



Nº DO ATLETA

71



CLASSIFICAÇÃO

152 MF

18 M-60+



TEMPO LÍQUIDO

00:51:05



TEMPO BRUTO

00:52:04



PACE

DP: 10000m - 00:05:06min/km



VELOCIDADE MÉDIA

11,746km/h

CAMPEÃO DA PROVA

00:33:17

CAMPEÃO DA CATEGORIA

00:43:56

DIFERENÇA

3490 m + 00:17:48

DIFERENÇA

1402 m + 00:07:09