

ÁLVARO DIAS

MODALIDADE 10KM



CERTIFICADO

10KM - 3A GRAND PLAZA RUN

CRONOMETRAGEM



REALIZAÇÃO

FICHA DE DESEMPENHO



22/09/19 SANTO ANDRE/SP



EQUIPE

ATLETISMO ARAMAÇAN



Nº DO ATLETA

92



CLASSIFICAÇÃO

223 MF

47 M-50-59



TEMPO LÍQUIDO

00:55:34



TEMPO BRUTO

00:56:22



PACE

DP: 10000m - 00:05:33min/km



VELOCIDADE MÉDIA

10,798km/h

CAMPEÃO DA PROVA

00:33:17

CAMPEÃO DA CATEGORIA

00:36:21

DIFERENÇA

4015 m + 00:22:17

DIFERENÇA

3462 m + 00:19:13