

ALEX FERREIRA DOS SANTOS

MODALIDADE 10KM



CERTIFICADO

10KM - 3A GRAND PLAZA RUN

CRONOMETRAGEM



REALIZAÇÃO

FICHA DE DESEMPENHO



22/09/19 SANTO ANDRE/SP



EQUIPE

IDEAL TRAINING



Nº DO ATLETA

202



CLASSIFICAÇÃO

291 MF

81 M-30-39



TEMPO LÍQUIDO

00:59:34



TEMPO BRUTO

01:00:26



PACE

DP: 10000m - 00:05:57min/km



VELOCIDADE MÉDIA

10,073km/h

CAMPEÃO DA PROVA

00:33:17

CAMPEÃO DA CATEGORIA

00:36:39

DIFERENÇA

4417 m + 00:26:17

DIFERENÇA

3852 m + 00:22:55