

PAULO ROBERTO GONGORA

MODALIDADE 10KM



CERTIFICADO

10KM - 3A GRAND PLAZA RUN

CRONOMETRAGEM



REALIZAÇÃO

YASODESIGNER.COM.BR

FICHA DE DESEMPENHO



22/09/19 SANTO ANDRE/SP



EQUIPE



Nº DO ATLETA

265



CLASSIFICAÇÃO

227 MF

32 M-60+



TEMPO LÍQUIDO

00:55:50



TEMPO BRUTO

00:56:16



PACE

DP: 10000m - 00:05:34min/km



VELOCIDADE MÉDIA

10,746km/h

CAMPEÃO DA PROVA

00:33:17

CAMPEÃO DA CATEGORIA

00:43:56

DIFERENÇA

4051 m + 00:22:33

DIFERENÇA

2138 m + 00:11:54