

ARMANDO SANTOS NUNES

MODALIDADE 10KM



CERTIFICADO

10KM - 3A GRAND PLAZA RUN

CRONOMETRAGEM



REALIZAÇÃO

FICHA DE DESEMPENHO



22/09/19 SANTO ANDRE/SP



EQUIPE

LOBO NETO



Nº DO ATLETA

220



CLASSIFICAÇÃO

272 MF

73 M-30-39



TEMPO LÍQUIDO

00:58:28



TEMPO BRUTO

00:59:39



PACE

DP: 10000m - 00:05:50min/km



VELOCIDADE MÉDIA

10,262km/h

CAMPEÃO DA PROVA

00:33:17

CAMPEÃO DA CATEGORIA

00:36:39

DIFERENÇA

4317 m + 00:25:11

DIFERENÇA

3740 m + 00:21:49