

MIGUEL COSTA NETO

MODALIDADE 10KM



CERTIFICADO

10KM - 3A GRAND PLAZA RUN

FICHA DE DESEMPENHO



22/09/19 SANTO ANDRE/SP



EQUIPE

PASSAROS



Nº DO ATLETA

305



CLASSIFICAÇÃO

111 MF

32 M-40-49



TEMPO LÍQUIDO

00:48:58



TEMPO BRUTO

00:49:05



PACE

DP: 10000m - 00:04:53min/km



VELOCIDADE MÉDIA

12,253km/h

CAMPEÃO DA PROVA

00:33:17

CAMPEÃO DA CATEGORIA

00:35:29

DIFERENÇA

3212 m + 00:15:41

DIFERENÇA

2761 m + 00:13:29

CRONOMETRAGEM



REALIZAÇÃO