

RAFAEL DO CARMO ROCHA

MODALIDADE 10KM



CERTIFICADO

10KM - 3A GRAND PLAZA RUN

CRONOMETRAGEM



REALIZAÇÃO

YASDESIGNER.COM.BR

FICHA DE DESEMPENHO



22/09/19 SANTO ANDRE/SP



EQUIPE



Nº DO ATLETA

552



CLASSIFICAÇÃO 173 MF 49 M-30-39



TEMPO LÍQUIDO 00:52:19



TEMPO BRUTO 00:52:25



PACE DP: 10000m - 00:05:13min/km



VELOCIDADE MÉDIA 11,469km/h

CAMPEÃO DA PROVA

00:33:17

CAMPEÃO DA CATEGORIA

00:36:39

DIFERENÇA

3649 m + 00:19:02

DIFERENÇA

3003 m + 00:15:40