

NILSON CARLOS ALENCAR

MODALIDADE 5KM



CERTIFICADO

5KM - 3A GRAND PLAZA RUN

CRONOMETRAGEM



REALIZAÇÃO

FICHA DE DESEMPENHO



22/09/19 SANTO ANDRE/SP



EQUIPE

SUANDO A CAMISA



Nº DO ATLETA

5300



CLASSIFICAÇÃO

45 MF

10 M-40-49



TEMPO LÍQUIDO

00:24:55



TEMPO BRUTO

00:25:12



PACE

DP: 5000m - 00:04:58min/km



VELOCIDADE MÉDIA

12,040km/h

CAMPEÃO DA PROVA

00:15:49

CAMPEÃO DA CATEGORIA

00:17:41

DIFERENÇA

1832 m + 00:09:06

DIFERENÇA

1456 m + 00:07:14

YASDESIGNER.COM.BR