

LUCIANO NAHAS CABRAL

MODALIDADE 10KM



CERTIFICADO

10KM LAR BOM REPOUSO

CRONOMETRAGEM



REALIZAÇÃO

FICHA DE DESEMPENHO



29/09/19 SAO CAETANO DO SUL/SP



EQUIPE



Nº DO ATLETA

72



CLASSIFICAÇÃO

5 MF

2 MASC



TEMPO LÍQUIDO

00:39:53



TEMPO BRUTO

00:40:00



PACE

DP: 10000m - 00:03:58min/km



VELOCIDADE MÉDIA

15,044km/h

CAMPEÃO DA PROVA

00:36:45

CAMPEÃO DA CATEGORIA

00:39:31

DIFERENÇA

790 m + 00:03:08

DIFERENÇA

92 m + 00:00:22