

CHARLES NASCIMENTO

MODALIDADE 5KM



CERTIFICADO

PASSOS DUDA 2019

FICHA DE DESEMPENHO



08/09/19 SAO BERNARDO DO CAMPO/SP



EQUIPE

L&A RUNNERS



Nº DO ATLETA

528



CLASSIFICAÇÃO

435 MF

38 M-50-54



TEMPO LÍQUIDO

00:51:22



TEMPO BRUTO

00:52:00



PACE

DP: 5000m - 00:10:16min/km



VELOCIDADE MÉDIA

5,840km/h

CAMPEÃO DA PROVA

00:17:08

CAMPEÃO DA CATEGORIA

00:22:00

DIFERENÇA

3334 m + 00:34:14

DIFERENÇA

2860 m + 00:29:22

CRONOMETRAGEM



REALIZAÇÃO