

EMERSON ALVES DA SILVA CRUZ

MODALIDADE 5KM



CERTIFICADO

PASSOS DUDA 2019

CRONOMETRAGEM



REALIZAÇÃO

FICHA DE DESEMPENHO



08/09/19 SAO BERNARDO DO CAMPO/SP



EQUIPE

VOAR COMO A ÁGUIA



Nº DO ATLETA

1138



CLASSIFICAÇÃO

145 MF

11 M-25-29



TEMPO LÍQUIDO

00:28:30



TEMPO BRUTO

00:29:40



PACE

DP: 5000m - 00:05:42min/km



VELOCIDADE MÉDIA

10,526km/h

CAMPEÃO DA PROVA

00:17:08

CAMPEÃO DA CATEGORIA

00:18:46

DIFERENÇA

1994 m + 00:11:22

DIFERENÇA

1708 m + 00:09:44