

GILSON CARLOS MIGUEL

MODALIDADE 7K



CERTIFICADO

REI DA MONTANHA - 7KM

CRONOMETRAGEM



REALIZAÇÃO

YASDESIGNER.COM.BR

FICHA DE DESEMPENHO



24/11/19 MOGI DAS CRUZES/SP



EQUIPE



Nº DO ATLETA

732



CLASSIFICAÇÃO

5 MF

0 M-30-39



TEMPO LÍQUIDO

00:42:24



TEMPO BRUTO

00:42:25



PACE

DP: 7000m - 00:06:03min/km



VELOCIDADE MÉDIA

9,906km/h

CAMPEÃO DA PROVA

00:35:46

CAMPEÃO DA CATEGORIA

00:43:48

DIFERENÇA

1099 m + 00:06:39

DIFERENÇA

-229 m +