

ADALBERTO QUARESMA DA SILVA

MODALIDADE 5KM



CERTIFICADO

CORRIDA SOLIDARIA - 29 BPM/M -
5KM

CRONOMETRAGEM



REALIZAÇÃO

FASDESIGNER.COM.BR

FICHA DE DESEMPENHO



30/11/19 S?O PAULO/SP



EQUIPE

TEAM RUM FORMA



Nº DO ATLETA

5005



CLASSIFICAÇÃO

106 MF

29 M-35-44



TEMPO LÍQUIDO

00:29:27



TEMPO BRUTO

00:29:35



PACE

DP: 5000m - 00:05:53min/km



VELOCIDADE MÉDIA

10,187km/h

CAMPEÃO DA PROVA

00:19:10

CAMPEÃO DA CATEGORIA

00:20:37

DIFERENÇA

1748 m + 00:10:17

DIFERENÇA

1501 m + 00:08:50