

# AILSON BEZERRA HOLANDA

MODALIDADE 10KM



## CERTIFICADO

CORRIDA SOLIDARIA - 29 BPM/M -  
10KM

### FICHA DE DESEMPENHO



30/11/19 S?O PAULO/SP



EQUIPE



Nº DO ATLETA

20



CLASSIFICAÇÃO

262 MF

61 M-45-54



TEMPO LÍQUIDO

01:01:19



TEMPO BRUTO

01:03:11



PACE

DP: 10000m - 00:06:07min/km



VELOCIDADE MÉDIA

9,785km/h

CAMPEÃO DA PROVA

00:33:40

CAMPEÃO DA CATEGORIA

00:41:14

DIFERENÇA

4520 m + 00:27:39

DIFERENÇA

3283 m + 00:20:05

CRONOMETRAGEM



REALIZAÇÃO

FASDESIGNER.COM.BR