

HÉLIO FERNANDES GONCALVES

MODALIDADE 10KM



CERTIFICADO

CORRIDA SOLIDARIA - 29 BPM/M -
10KM

CRONOMETRAGEM



REALIZAÇÃO

FASDESIGNER.COM.BR

FICHA DE DESEMPENHO



30/11/19 SÃO PAULO/SP



EQUIPE

GCM AMBIENTAL CARMO



Nº DO ATLETA

311



CLASSIFICAÇÃO

273 MF

65 M-45-54



TEMPO LÍQUIDO

01:02:28



TEMPO BRUTO

01:03:19



PACE

DP: 10000m - 00:06:14min/km



VELOCIDADE MÉDIA

9,605km/h

CAMPEÃO DA PROVA

00:33:40

CAMPEÃO DA CATEGORIA

00:41:14

DIFERENÇA

4620 m + 00:28:48

DIFERENÇA

3406 m + 00:21:14