

# FLAVIO AMBROSIO

MODALIDADE 10KM



## CERTIFICADO

CORRIDA SOLIDARIA - 29 BPM/M -  
10KM

### FICHA DE DESEMPENHO



30/11/19 S?O PAULO/SP



EQUIPE

CAVALARIA



Nº DO ATLETA

688



CLASSIFICAÇÃO

346 MF

113 M-35-44



TEMPO LÍQUIDO

01:12:48



TEMPO BRUTO

01:13:10



PACE

DP: 10000m - 00:07:16min/km



VELOCIDADE MÉDIA

8,242km/h

CAMPEÃO DA PROVA

00:33:40

CAMPEÃO DA CATEGORIA

00:40:19

DIFERENÇA

5385 m + 00:39:08

DIFERENÇA

4470 m + 00:32:29

CRONOMETRAGEM



REALIZAÇÃO

FASDESIGNER.COM.BR