

JOAO CARLOS GONALVES DE ALMEIDA

MODALIDADE 5KM



CERTIFICADO

LETS RUN IBIRAPITANGA 2019 - 5KM

CRONOMETRAGEM



REALIZAÇÃO

FASDESIGNER.COM.BR

FICHA DE DESEMPENHO



10/11/19 ARUJA/SP



EQUIPE

RECANTO DA LUA



Nº DO ATLETA

564



CLASSIFICAÇÃO

24 MF

7 M-45-54



TEMPO LÍQUIDO

00:30:44



TEMPO BRUTO

00:30:51



PACE

DP: 5000m - 00:06:08min/km



VELOCIDADE MÉDIA

9,761km/h

CAMPEÃO DA PROVA

00:18:58

CAMPEÃO DA CATEGORIA

00:21:41

DIFERENÇA

1918 m + 00:11:46

DIFERENÇA

1476 m + 00:09:03