

GILBERTO DE LIMA SILVA

MODALIDADE 5KM



CERTIFICADO

BOOTCAMP TREINAMENTO
TRANSFORMAÇÃO 5KM

CRONOMETRAGEM



REALIZAÇÃO

YASDESIGNER.COM.BR

FICHA DE DESEMPENHO



15/12/19 S?O SEBASTI?O/SP



EQUIPE



N? DO ATLETA

518



CLASSIFICAÇÃO

7 MF

5 M-GERAL



TEMPO LÍQUIDO

00:32:11



TEMPO BRUTO

00:32:15



PACE

DP: 5000m - 00:06:25min/km



VELOCIDADE MÉDIA

9,322km/h

CAMPEÃO DA PROVA

00:22:40

CAMPEÃO DA CATEGORIA

00:26:02

DIFERENÇA

1483 m + 00:09:31

DIFERENÇA

958 m + 00:06:09