

FLAVIO COSTA

MODALIDADE 11K



CERTIFICADO

11K - 3 TRILHAS

FICHA DE DESEMPENHO



03/10/21 CAJAMAR/SP



EQUIPE

ACM ALPHAVILLE



Nº DO ATLETA

181



CLASSIFICAÇÃO

83 MF

32 M-40-49



TEMPO LÍQUIDO

02:52:06



TEMPO BRUTO

02:55:34



PACE

DP: 11000m - 00:15:38min/km



VELOCIDADE MÉDIA

3,835km/h

CAMPEÃO DA PROVA

00:54:10

CAMPEÃO DA CATEGORIA

01:02:54

DIFERENÇA

7544 m + 01:57:56

DIFERENÇA

6985 m + 01:49:12

CRONOMETRAGEM



REALIZAÇÃO

YASDESIGNER.COM.BR