

JOSE ALBERTO FERREIRA

MODALIDADE 11K



CERTIFICADO

11K - 3 TRILHAS

FICHA DE DESEMPENHO



03/10/21 CAJAMAR/SP



EQUIPE



Nº DO ATLETA

203



CLASSIFICAÇÃO 84 MF

6 M-60+



TEMPO LÍQUIDO

03:05:34



TEMPO BRUTO

03:05:36



PACE

DP: 11000m - 00:16:52min/km



VELOCIDADE MÉDIA

3,557km/h

CAMPEÃO DA PROVA

00:54:10

CAMPEÃO DA CATEGORIA

01:35:45

DIFERENÇA

7791 m + 02:11:24

DIFERENÇA

5325 m + 01:29:49

CRONOMETRAGEM



REALIZAÇÃO

FASDESIGNER.COM.BR