

# VLADIMIR RODRIGUES

MODALIDADE 11K



## CERTIFICADO

11K - 3 TRILHAS

### FICHA DE DESEMPENHO



03/10/21 CAJAMAR/SP



EQUIPE

PHORTE ACADEMIA



Nº DO ATLETA

297



CLASSIFICAÇÃO

37 MF

15 M-40-49



TEMPO LÍQUIDO

01:27:05



TEMPO BRUTO

01:27:06



PACE

DP: 11000m - 00:07:54min/km



VELOCIDADE MÉDIA

7,579km/h

CAMPEÃO DA PROVA

00:54:10

CAMPEÃO DA CATEGORIA

01:02:54

DIFERENÇA

4167 m + 00:32:55

DIFERENÇA

3061 m + 00:24:11

CRONOMETRAGEM



REALIZAÇÃO