

PAULO RICARDO DA SILVA

MODALIDADE 11K



CERTIFICADO

11K - 3 TRILHAS

FICHA DE DESEMPENHO



03/10/21 CAJAMAR/SP



EQUIPE

AVILSO



Nº DO ATLETA

261



CLASSIFICAÇÃO

29 MF

10 M-30-39



TEMPO LÍQUIDO

01:19:10



TEMPO BRUTO

01:19:14



PACE

DP: 11000m - 00:07:11min/km



VELOCIDADE MÉDIA

8,337km/h

CAMPEÃO DA PROVA

00:54:10

CAMPEÃO DA CATEGORIA

00:59:29

DIFERENÇA

3480 m + 00:25:00

DIFERENÇA

2740 m + 00:19:41

CRONOMETRAGEM



REALIZAÇÃO

YASDESIGNER.COM.BR