

PAULO RICARDO DA SILVA

MODALIDADE 8KM



CERTIFICADO

SHALON ADONAI RUN 7KM

CRONOMETRAGEM



REALIZAÇÃO

FICHA DE DESEMPENHO



04/12/21 SOROCABA/SP



EQUIPE



Nº DO ATLETA

173



CLASSIFICAÇÃO

34 MF

7 M-30-39



TEMPO LÍQUIDO

00:30:58



TEMPO BRUTO

00:31:23



PACE

DP: 7000m - 00:04:25min/km



VELOCIDADE MÉDIA

13,563km/h

CAMPEÃO DA PROVA

00:24:08

CAMPEÃO DA CATEGORIA

00:25:45

DIFERENÇA

1547 m + 00:06:50

DIFERENÇA

1181 m + 00:05:13