

ADMILSON SPAK

MODALIDADE LONGRUN-16KM



CERTIFICADO

DESAFIO CIMENTÃO

FICHA DE DESEMPENHO



24/07/22 CAMPO LARGO/PR



EQUIPE

VIDA ATIVA RUNNING



Nº DO ATLETA

556



CLASSIFICAÇÃO

29 MF

8 M-40-49



TEMPO LÍQUIDO

01:15:40



TEMPO BRUTO

01:15:47



PACE

DP: 16000m - 00:04:43min/km



VELOCIDADE MÉDIA

13,000km/h

CAMPEÃO DA PROVA

01:00:13

CAMPEÃO DA CATEGORIA

01:06:02

DIFERENÇA

3276 m + 00:15:27

DIFERENÇA

2042 m + 00:09:38

CRONOMETRAGEM



REALIZAÇÃO

FASDESIGNER.COM.BR