

# CERTIFICADO

Certificamos que o(a) atleta: **ILDEFONSO EMERSON N. DE MIRA**

Completo o evento: **ESQUENTA DE CORRIDAS - UNIV. POSITIVO**

No dia: **19/01/2017**

Com o seguinte desempenho:



*Tempo bruto*

00 : 20 : 04

*Tempo líquido*

00 : 20 : 03



*Ritmo*

04:00 min/km

*Velocidade média*

14,96 km/h



*Colocação GERAL*

21



*Colocação FAIXA ETÁRIA*

3

Modalidade:

5k

Faixa etária:

M4549

Equipe:

ACADEMIA FABRICA DO  
CORPO///CRRUNNERS