

CERTIFICADO

Certificamos que o(a) atleta: **HELTON CESAR KOLECHA**

Completo(u) o evento: **CROSS DUATHLON PONTA GROSSA**

No dia: **24/02/2019**

Com o seguinte desempenho:



CORRIDA

00 : 19 : 03

Ritmo

04:45

min/km



CICLISMO

00 : 45 : 38

Velocidade média

19,72

km/h



CORRIDA

00 : 21 : 55

Ritmo

05:28

min/km



TEMPO

01 : 26 : 36

T1

T2



Colocação GERAL

21



Colocação FAIXA ETÁRIA

3

Modalidade: **23k**

Faixa etária: **M3539**

Equipe: **TEAM MALHART**