



CIRCUITO RENAULT

TRIATHLON



Certificamos que o(a) atleta: **LARISSA YUMI NAKANO**

Completo(u) o evento: **CIRCUITO RENAULT DE TRIATHLON - VERÃO**

No dia: **08/12/2019**

Com o seguinte desempenho:



NATAÇÃO

00 : 35 : 26

Ritmo 02:21 100/m



CICLISMO

01 : 28 : 25

Velocidade média 27,14 km/h



CORRIDA

00 : 55 : 47

Ritmo 05:34 min/km



TEMPO

02 : 59 : 38



Colocação GERAL

23



Colocação FAIXA ETÁRIA

12

Modalidade: **51.5k** Faixa etária: **F3039**

Equipe: **RF ASSESSORIA**

