



CIRCUITO RENAULT

TRIATHLON



Certificamos que o(a) atleta: **LISMARA CRAUS AMBROSIO**

Completo(u) o evento: **CIRCUITO RENAULT DE TRIATHLON - PRIMAVERA - 2019**

No dia: **20/10/2019**

Com o seguinte desempenho:



NATAÇÃO

00 : 12 : 15

Ritmo 01:38 100/m



CICLISMO

00 : 35 : 54

Velocidade média 33,43 km/h



CORRIDA

00 : 22 : 40

Ritmo 04:32 min/km



TEMPO

01 : 10 : 49



Colocação GERAL

1



Colocação FAIXA ETÁRIA

-



Modalidade: **25.75k** Faixa etária: **F2029**

Equipe: **PROUMB**