

TRI HARD IT'S ALWAYS **HARD**

MATINHOS PR

TH3

TRIATHLON **HARD** CAIOBÁ

TRI  ATIVA
eventos

Certificamos que o(a) atleta: **LUCIANA SHIRATORI**

Completo(u) o evento: **TRI HARD 2023**

No dia: **02/04/2023**

Com o seguinte desempenho:



NATAÇÃO

00 : 50 : 22

Ritmo 02:39 100/m



CICLISMO

03 : 13 : 19

Velocidade média 27,93 km/h



CORRIDA

02 : 40 : 22

Ritmo 07:38 min/km



TEMPO

06 : 44 : 03



Colocação GERAL

17



Colocação FAIXA ETÁRIA

1

Modalidade: **112.9k** Faixa etária: **F4549**

Equipe: **DUARTE TRIATHLON TEAM**

woom

FOX LUX



RENAULT
BARIGÜI

PINATI



Graciosa

