



XI Troféu Sudeste de Orientação FORJ/ADAAN/ADVENTURE SPORTS

ARRAIAL DO CABO 15.9.2019

Associação Desportiva Almirante Adalberto Nunes

Jamilson Costa da Silva

Associação de Orientação dos Alunos da
Universidade Federal do Rio de Janeiro

Percurso : H45A

Distancia : 4100m (Desnivel 10m)

Tempo : 0:45:31 (11'06"/km)

6/11

O.K.

[Resultados completos em Webres](#)

- | | |
|---------------------------------------|---------|
| 1. Elmar Pedro Ferreira | 0:32:27 |
| 2. Elmiro de Carvalho Mendonça | 0:38:28 |
| 3. Gerson Cesar dos Santos Nascimento | 0:40:55 |

HELGA



Orienteering Software