



TRAIL RUN PARADISE - ETAPA 4

PILAR - AL 1.5.2022

PARADISE

Carlos Jorge

TUCUNARÉ

Percurso : 12 KM SOLO MASCULINO 40-49

Distancia : 11300m (Desnivel 255m)

Tempo : 1:14:27,457 (6'35"/km)

3/10

O.K.

[Resultados completos em Webres](#)

- | | |
|---------------------|-------------|
| 1. Luciano Ferreira | 1:04:29,230 |
| 2. Mario Jorge | 1:09:29,664 |

1.	81	00:33:35		4540m	7'24"/km	HIDRATAÇÃO 1 - DIV CATEGORIAS
2.	82	00:08:38	00:42:13	1510m	5'43"/km	RETORNO 12KM
3.	83	00:19:20	01:01:33	2800m	6'54"/km	REENCONTRO CATEGORIAS
4.	999	00:12:54	01:14:27	2500m	5'10"/km	CHEGADA

HELGA



Orienteering Software