



TREINAMENTO DIA 1
ANTÔNIO CARLOS-MG 20.8.2022
COMISSÃO DE DESPORTOS DA AERONÁUTICA

Al Larissa

EPCAR

Percurso : D21A

Distancia : 3300m (Desnivel 65m)

Tempo : 0:51:23 (15'34"/km)

5/6

O.K.

[Resultados completos em Webres](#)

1. Cad Laniz	0:39:33
2. Cad Barra	0:41:05
3. Cad Pontes	0:44:08

1.	111	00:02:55		249m	11'43"/km
2.	124	00:04:45	00:07:40	459m	10'21"/km
3.	113	00:02:45	00:10:25	207m	13'17"/km
4.	117	00:06:08	00:16:33	193m	31'47"/km
5.	116	00:08:46	00:25:19	279m	31'25"/km
6.	115	00:03:02	00:28:21	143m	21'13"/km
7.	118	00:01:58	00:30:19	252m	7'48"/km
8.	125	00:05:05	00:35:24	364m	13'58"/km
9.	120	00:08:16	00:43:40	460m	17'58"/km
10.	121	00:02:41	00:46:21	208m	12'54"/km
11.	122	00:02:58	00:49:19	257m	11'33"/km
12.	126	00:01:13	00:50:32	100m	12'10"/km
13.	999	00:00:51	00:51:23	145m	5'52"/km

HELGA

Orienteering Software