



# TRAIL RUN F5 - ETAPA 7

## MESSIAS - AL 21.8.2022

### TRAIL RUN F5

**Daniel Santos**

TRAIL RUN F5

Percurso : 12 KM SOLO MASCULINO 30-39

Distancia : 14440m (Desnivel 394m)

Tempo : 1:15:45,785 (5'15"/km)

**2/12**

O.K.

[Resultados completos em Webres](#)

- |                           |             |
|---------------------------|-------------|
| 1. Alexandre Miguel Nunes | 1:15:20,847 |
| 3. Rogério                | 1:16:42,714 |

|    |     |          |          |       |          |                                 |
|----|-----|----------|----------|-------|----------|---------------------------------|
| 1. | 81  | 00:10:36 |          | 2640m | 4'01"/km | INÍCIO DO DESAFIO 1KM           |
| 2. | 82  | 00:06:15 | 00:16:51 | 1000m | 6'15"/km | FIM DO DESAFIO 1KM              |
| 3. | 83  | 00:07:39 | 00:24:30 | 1500m | 5'06"/km | DIVISÃO DE CATEGORIAS           |
| 4. | 84  | 00:23:34 | 00:48:04 | 4430m | 5'19"/km | RETORNO DOS 12KM (LADEIRA MATA) |
| 5. | 85  | 00:20:23 | 01:08:27 | 3010m | 6'46"/km | REENCONTRO DE CATEGORIAS        |
| 6. | 999 | 00:07:18 | 01:15:45 | 1770m | 4'07"/km | CHEGADA                         |

HELGA



Orienteering Software