



# TRAIL RUN PARADISE - ETAPA 10

## MACEIÓ - AL 11.12.2022

### PARADISE

#### Maiza Alcântara

Meta o Loko

Percurso : 12 KM SOLO FEMININO 30-39

Distancia : 10000m (Desnivel 270m)

Tempo : 1:53:40,234 (11'22"/km)

1/6

O.K.

[Resultados completos em Webres](#)

|          |             |
|----------|-------------|
| 2. Vilma | 1:59:59,507 |
| 3. Dan   | 2:09:41,500 |

|    |     |          |          |       |           |                   |
|----|-----|----------|----------|-------|-----------|-------------------|
| 1. | 71  | 00:17:39 |          | 3190m | 5'32"/km  | HIDRATAÇÃO 1      |
| 2. | 72  | 00:25:31 | 00:43:10 | 1840m | 13'52"/km | ENTRADA NA TRILHA |
| 3. | 74  | 01:02:21 | 01:45:31 | 3100m | 20'07"/km | DESCIDA TRILHA    |
| 4. | 999 | 00:08:09 | 01:53:40 | 2000m | 4'05"/km  | CHEGADA           |

HELGA



Orienteering Software