



## TRAIL RUN F5 - ETAPA 5

PILAR - AL 20.8.2023

### TRAIL RUN F5

**Manoel Melo**

PADIMI MOTEL

Percurso : 12 KM SOLO MASCULINO

Distancia : 12000m (Desnivel 244m)

Tempo : 1:39:14,160 (8'16"/km)

**48/66**

O.K.

[Resultados completos em Webres](#)

- |                              |             |
|------------------------------|-------------|
| 1. Flávio                    | 0:56:51,109 |
| 2. Johny Ewerton             | 1:00:35,917 |
| 3. Rafael João Da Silva João | 1:00:55,425 |

1.	70	00:25:31		4180m	6'06"/km	FIM DO DESAFIO
2.	73	00:49:27	01:14:58	6350m	7'47"/km	RETORNO 12KM
3.	999	00:24:16	01:39:14	1570m	15'27"/km	CHEGADA

HELGA



Orienteering Software