



TRAIL RUN PARADISE - ETAPA 4

RECANTO VERDE 22.9.2024

TRAIL RUN PARADISE

Adeilda E Ariel

MUTUM

Percurso : 12 KM DUPLA MISTA

Distancia : 11500m (Desnivel 360m)

Tempo : 1:28:02,519 (7'39"/km)

9/18

O.K.

[Resultados completos em Webres](#)

- | | |
|----------------------------|-------------|
| 1. CRISTIANE / GALEGUINHO | 1:15:42,425 |
| 2. Leandro E Cássia | 1:19:05,937 |
| 3. Maria E BENEDITO VIEIRA | 1:19:20,984 |

- | | | | | | | |
|----|-----|----------|----------|-------|----------|--------------------------|
| 1. | 74 | 01:05:25 | | 8300m | 7'53"/km | RETORNO 12KM - H2O |
| 2. | 75 | 00:14:07 | 01:19:32 | 2200m | 6'25"/km | RETORNO 6KM - REENCONTRO |
| 3. | 999 | 00:08:30 | 01:28:02 | 1100m | 7'44"/km | CHEGADA |

