



III CORRIDA RÚSTICA CARUARU - PE 27.4.2025 CORRIDA RÚSTICA

Jerfferson Lima Da Silva Jefferson

Evolução fitness

Percurso : SOLO MASCULINO 30-39

Distancia : 6330m (Desnivel 160m)

Tempo : 0:32:40,773 (5'10"/km)

16/53

O.K.

[Resultados completos em Webres](#)

- | | |
|-------------------------------|-------------|
| 1. Geraldo João Da Silva João | 0:24:46,882 |
| 2. José Paulo Da Silva Paulo | 0:25:16,511 |
| 3. João Paulo Mendes Da Silva | 0:25:59,539 |

- | | | | | | | |
|----|-----|----------|----------|----------|--------------|--------------|
| 1. | 71 | 00:11:05 | 2400m | 4'37"/km | HIDRATAÇÃO 1 | |
| 2. | 72 | 00:17:08 | 00:28:13 | 2800m | 6'07"/km | HIDRATAÇÃO 2 |
| 3. | 999 | 00:04:27 | 00:32:40 | 1100m | 4'03"/km | CHEGADA |

