



TRAIL RUN F5 - ETAPA 5

PILAR - AL 20.8.2023

TRAIL RUN F5

Márcio Oliveira

No stress

Percurso : 12 KM SOLO MASCULINO

Distancia : 12000m (Desnivel 244m)

Tempo : 1:57:16,375 (9'46"/km)

60/66

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	00:29:57		4180m	7'10"/km	FIM DO DESAFIO
2.	73	00:57:56	01:27:53	6350m	9'07"/km	RETORNO 12KM
3.	999	00:29:23	01:57:16	1570m	18'43"/km	CHEGADA

HELGA



Orienteering Software