

# 4ª PROVA DE ATLETISMO DE SÃO BERNARDO

ALCOBAÇA  
27 DE OUT 2019  
10KM

**ADILSON SPENCER**  
**ACABOU COM O TEMPO DE**  
**00:34:30**

**LUGAR GERAL | LUGAR ESCALÃO | TEMPO OFICIAL**  
**18º | 6º | 00:34:30**

**TEMPO CHIP | MÉDIA POR KM**  
**00:34:30 | 00:03:27**

TEMPOS INTERMÉDIOS

3,5 Km: 00:12:38

