



2019

# #RUNWITHUS 10K

22 PAÍSES, UMA SÓ META

22/09/19

**HÉLDER J C SILVA**

**ACABOU COM O TEMPO DE**

**01:03:06**

**LUGAR GERAL | LUGAR ESCALÃO | TEMPO OFICIAL**

708º

79º

01:03:06

**TEMPO CHIP | MÉDIA POR KM**

01:02:26

00:06:22

TEMPO INTERMÉDIO

5k: 00:29:21



FUNDAÇÃO  
**O SÉCULO**



**LISBOA**  
CÂMARA MUNICIPAL

**XISTARCA**  
EVENTOS DESPORTIVOS