



# IRA RUN & COFFEE



¿QUE TAN INTENSO  
ERES ?

**ERICK**  
**ALVARADO SANTUAGO**

VARONIL/MASTER  
DISTANCIA 5000 MTS

TIEMPO  
**00:30:42**

RITMO (MIN/KM) 06:08.4

18 DE 76

101 DE 318

56 DE 128

CATEGORIA

GENERAL

RAMA  
RAMA

POWER  
ADE



KHRONOMETRAJE

