



Confederação Brasileira de Remo
13/05/2020

Boletim Informativo – 06/2020 – Nº 04

Desafio Remo Brasil de Remo Indoor
Protocolo Desafio 03

DESAFIO: 1km Máximo

PERÍODO: 13 de maio a 19 de maio

DISTÂNCIA: 1000m (sem intervalos)

ENVIO DOS RESULTADOS: <https://forms.gle/JYVouFMCNDUb1ocJ8>

DESAFIO 03 – PROTOCOLO	
<i>Realizar aquecimento livre 20 minutos</i>	
	RESULTADO
Média Pace (AVE)	
Média Cadência	
Média Watts	
TEMPO TOTAL	

CONFED. BRASILEIRA DE REMO
Brazilian Rowing Federation
Filiada à FISA – World Rowing
E-mail: cbr@remobrasil.com
www.remobrasil.com

ESCRITÓRIO RIO DE JANEIRO
Av. Graça Aranha, 145, Sala 709
Centro – Rio de Janeiro, RJ
CEP 20030-003, Brasil/Brazil
Telefone: +55 (21) 2294-3342

ESCRITÓRIO FLORIANÓPOLIS
Rua Patrício Farias, 55, Sala 610
Itacorubi – Florianópolis, SC
CEP 88034-132, Brasil/Brazil
Telefone: +55 (48) 3206-9128

