



Confederação Brasileira de Remo
20/05/2020

Boletim Informativo – 06/2020 – Nº 05

Desafio Remo Brasil de Remo Indoor
Protocolo Desafio 04

DESAFIO: 2km Máximo

PERÍODO: 20 de maio a 26 de maio

DISTÂNCIA: 2000m (sem intervalos)

ENVIO DOS RESULTADOS: <https://forms.gle/d8KLyasFVipV5Wao8>

DESAFIO 04 – PROTOCOLO	
<i>Realizar aquecimento livre 20 minutos</i>	
	RESULTADO
Média Pace (AVE)	
Média Cadência	
Média Watts	
TEMPO TOTAL	

OBSERVAÇÃO: O tempo total deste desafio será utilizado como critério de desempate no ranking geral do Desafio Remo Brasil de Remo Indoor. Conforme consta no item 6 do regulamento: após o término dos quatro desafios, será divulgado o ranking geral com a soma de pontos de cada categoria e seus respectivos vencedores.

