

Entrainement Regage

Précédent Suivant

ven., 4 mai 2012 8:39 Heure d'Europe centrale par jejez13

Type d'activité: **Cyclisme** | Type d'événement: **Sans catégorie** | Parcours: --

J'aime

Soyez le premier

Partager

Exporter

Comparer

Envoyer à l'appareil

Enregistrer comme parcours

Imprimer

Fichier TCX

Fichier GPX

Google Earth

Détails

Intervalles

Lecteur

Récapitulatif

Distance:	70,70 km
Temps:	2:35:17
Vitesse moy.:	27,3 km/h
Gain d'altitude:	1.219 m
Calories:	1.766 C
Température moy.:	16,8 °C

Détails

Chronométrage

Allure Vitesse

Temps:	2:35:17
Tps déplac.:	2:35:09
Elapsed Time:	2:35:51
Vitesse moy.:	27,3 km/h
Avg Moving Speed:	27,3 km/h
Vitesse max.:	60,1 km/h

Altitude

Gain d'altitude:	1.219 m
Perte d'altitude:	1.256 m
MinElevation:	120 m
MaxElevation:	465 m

Fréquence cardiaque

bpm % de la valeur max. Zones

FC moy.:	85 % de la valeur max.
FC max.:	112 % de la valeur max.

Cadence

Cadence de vélo moy.:	77 tr/min
Cadence de vélo max.:	114 tr/min

Température

Température moy.:	16,8 °C
Température min.:	16,0 °C
Température max.:	20,0 °C

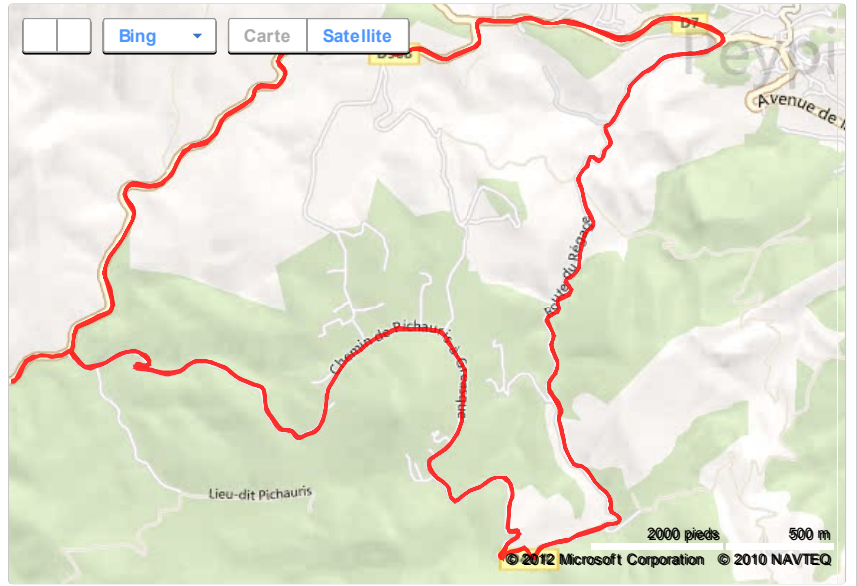
Circuits 7

Afficher les intervalles

Intervalle	Temps	Distance	Vitesse moy.
1	54:43.5	22,81	25,0
2	27:51.6	12,41	26,7
3	26:38.6	12,32	27,8
4	:19.0	0,07	13,6
5	26:06.0	12,32	28,3
6	19:37.3	10,76	32,9
7	:00.7	--	--
Récapitulatif	2:35:16.7	70,70	27,3

Carte

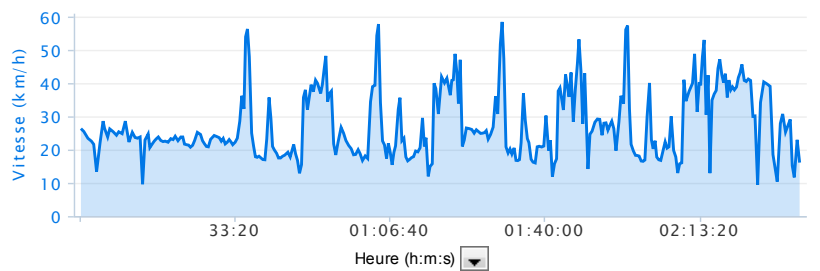
Circuits



Cartes

Moyen

Chronométrage



Altitude



Fréquence cardiaque