

Jeudi 8 novembre 2018



Ciudad de Neily - Concepcion

Type d'événement: Sans catégorie | Parcours: [SanVito](#) | Equipement: [Ajouter](#)

56.52 km
Distance

4:01:54
Temps

14.0 K/H
Vitesse moyenne

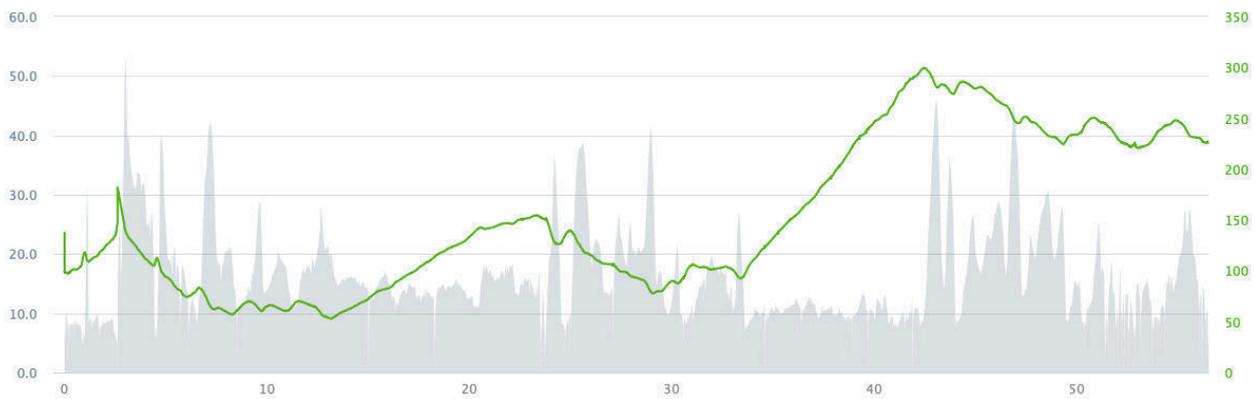
538 m
Gain alt

1,682 C
Calories



Vitesse

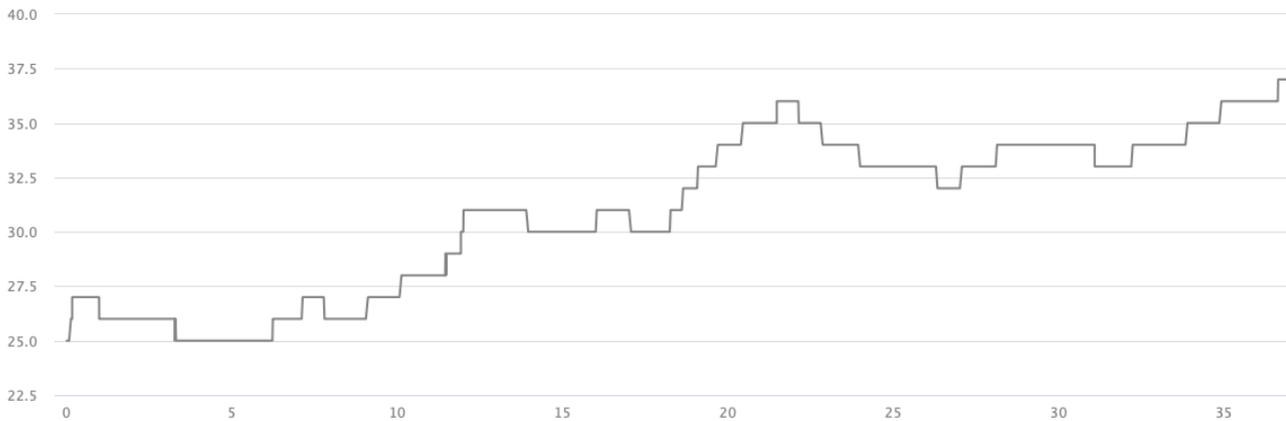
Altitude | Pas de superposition



Sur la distance

Température

Pas de superpositic



Sur la distance

Distance

36.98 km

Distance

Calories

973 C

Calories

Fréquence cardiaque

bpm % max. Zones

117 bpm

Fréquence cardiaque moyenne

155 bpm

Fréquence cardiaque maximale

1.1

Anaérobie TRAINING EFFECT ?

2.3

Aérobie TRAINING EFFECT ?

Chronométrage

Allure Vitesse

2:29:52

Temps

2:23:55

Temps de déplacement

3:05:47

Temps écoulé

14.8 K/H

Vitesse moyenne

15.4 K/H

Vitesse moyenne en déplacement

58.6 K/H

Vitesse max

Altitude

243 m

Gain alt

207 m

Perte d'altitude

19 m

Altitude minimale

102 m

Altitude maximale

Température

30.9 °C

Température moyenne

25.0 °C

Température minimale

38.0 °C

Température maximale