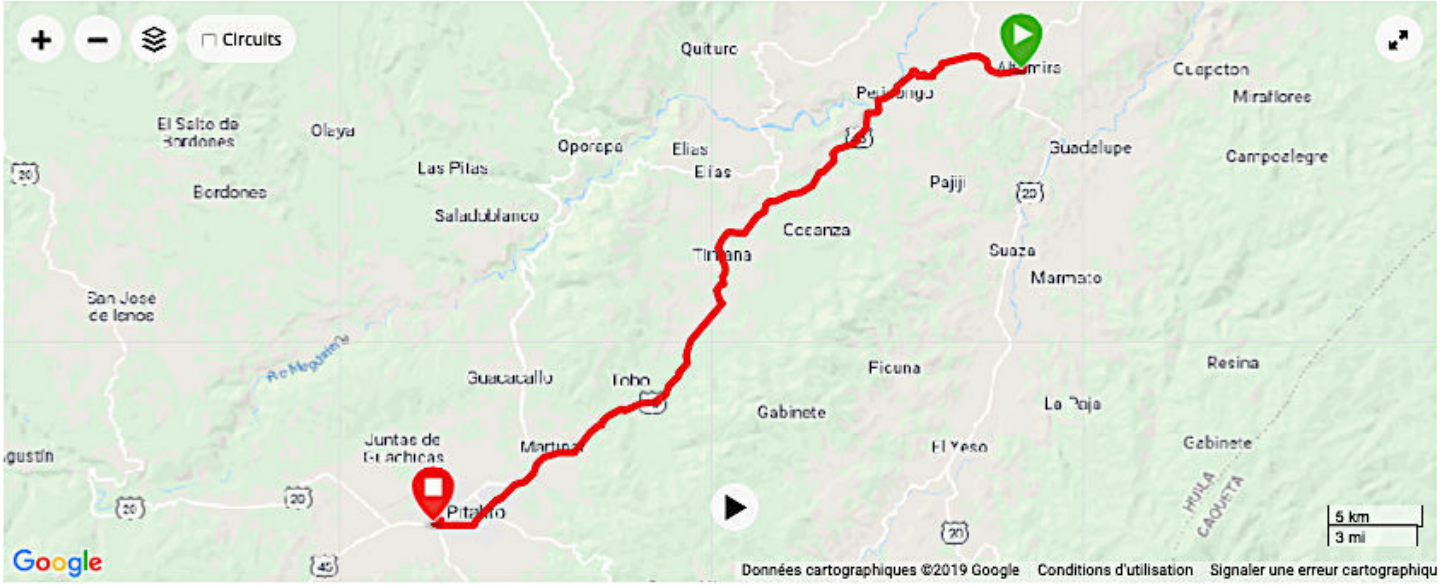
Dimanche 3 février 19

CYCLISME SUR ROUTE ▼ PAR CHERRUAULT LE DIMANCHE @ 06:48

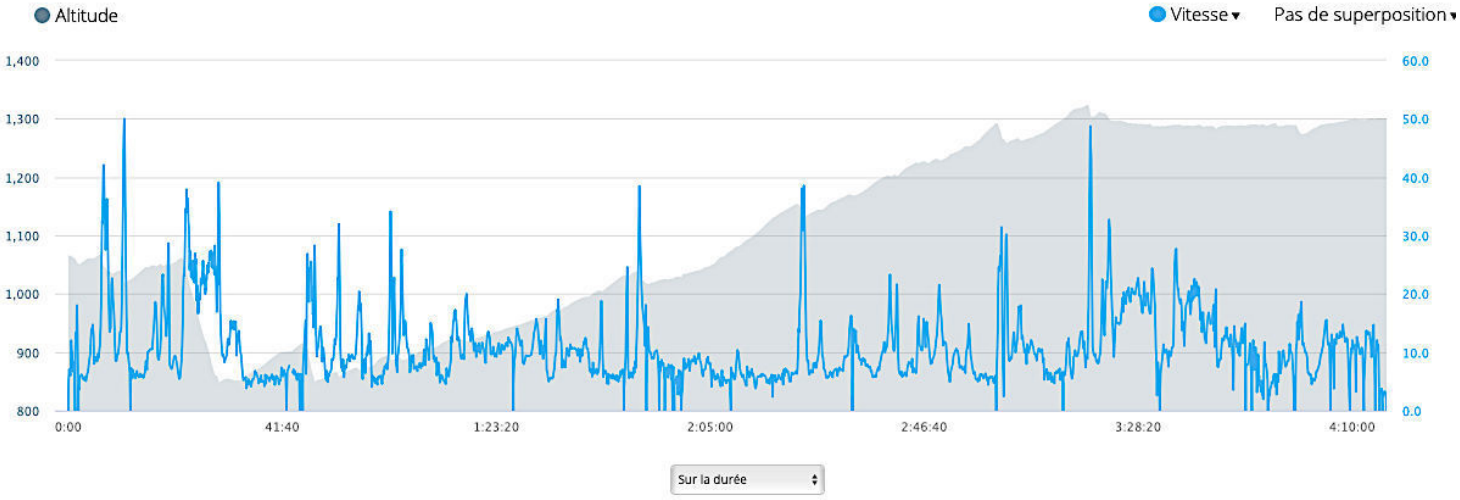
Altamira - Pitalito

Type d'événement: Sans catégorie ▼ Parcours: Altamira - Pitalito ▼ Equipement: Ajouter

49.64 km	4:16:43	11.6 K/H	776 m	1,723 C
Distance	Temps	Vitesse moyenne	Gain alt	Calories



Sur la durée ▼ Personnaliser ▼



Distance

49.64 km
Distance

Calories

1,723 C
Calories

Training Effect

2.6
Aérobie

0.2
Anaérobique

Fréquence cardiaque

bpm | % max. | Zones

115 bpm
Fréquence cardiaque moyenne

151 bpm
Fréquence cardiaque maximale

Chronométrage

Allure | Vitesse

4:16:43
Temps

4:12:22
Temps de déplacement

7:30:55
Temps écoulé

11.6 K/H
Vitesse moyenne

11.8 K/H
Vitesse moyenne en déplacement

50.0 K/H
Vitesse max

Altitude

776 m
Gain alt

543 m
Perte d'altitude

849 m
Altitude minimale

1,324 m
Altitude maximale

Température

28.1 °C
Température moyenne

20.0 °C
Température minimale

37.0 °C
Température maximale