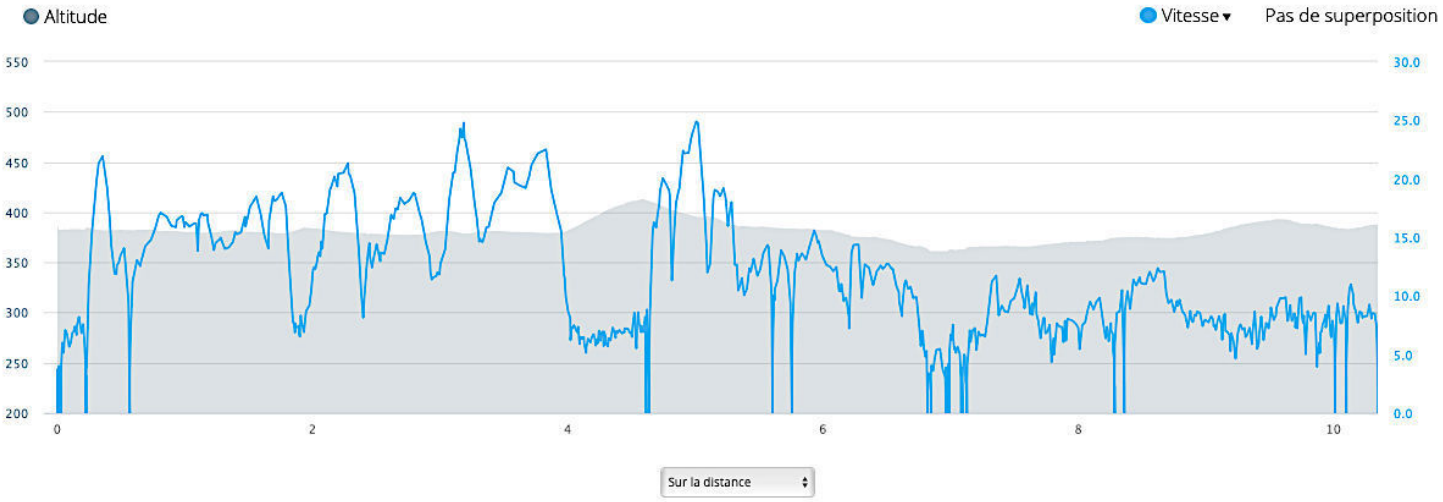
Lundi 28 janvier 19

CYCLISME SUR ROUTE ▼ PAR CHERRUAULT LE 28 JANVIER 2019 @ 06:13

Natagaima -Desert Tatacoa

Type d'événement: Sans catégorie ▼ Parcours: Ibagué-Ipialesviamocoa ▼ Equipement: Ajouter

10.35 km	57:18	10.8 K/H	73 m	314 C
Distance	Temps	Vitesse moyenne	Gain alt	Calories



Distance

10.35 km
Distance

Calories

314 C
Calories

Fréquence cardiaque

bpm | % max. | Zones

98 bpm
Fréquence cardiaque moyenne

131 bpm
Fréquence cardiaque maximale

0.0
Anaérobique TRAINING EFFECT

1.5
Aérobie TRAINING EFFECT

Chronométrage

Allure | Vitesse

57:18
Temps

55:24
Temps de déplacement

1:18:44
Temps écoulé

10.8 K/H
Vitesse moyenne

11.2 K/H
Vitesse moyenne en déplacement

25.0 K/H
Vitesse max

Altitude

73 m
Gain alt

77 m
Perte d'altitude

360 m
Altitude minimale

413 m
Altitude maximale

Température

27.3 °C
Température moyenne

26.0 °C
Température minimale

32.0 °C
Température maximale