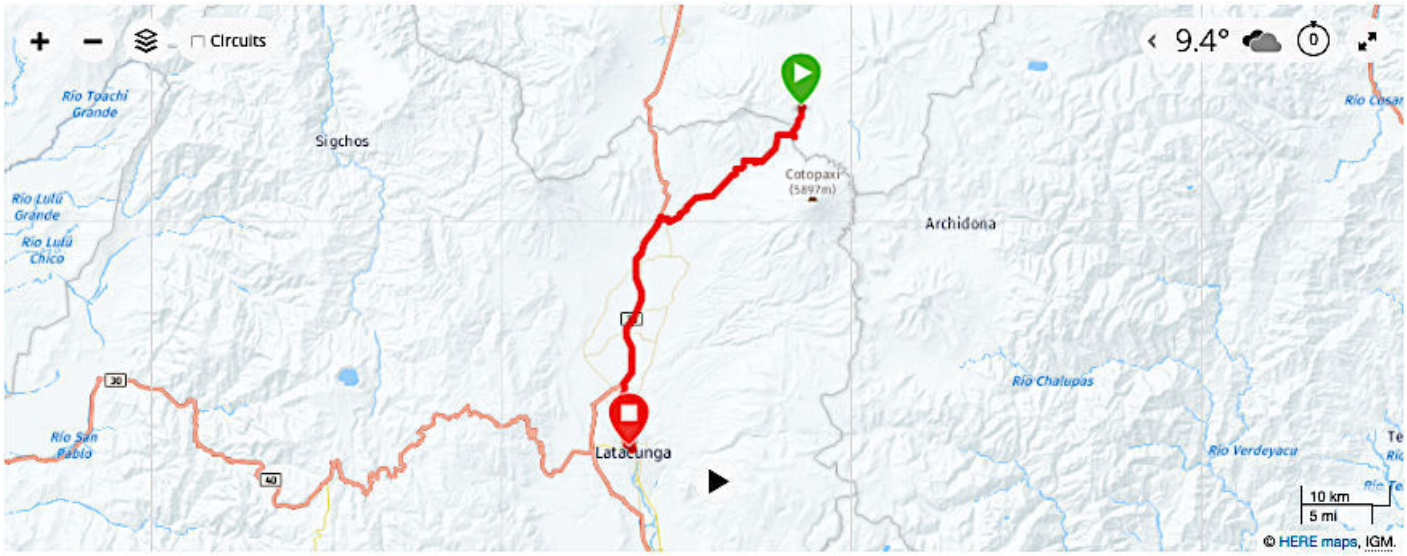
Dimanche 17 mars 2019

CYCLISME SUR ROUTE ▼ PAR CHERRUAULT LE 17 MARS 2019 @ 08:21

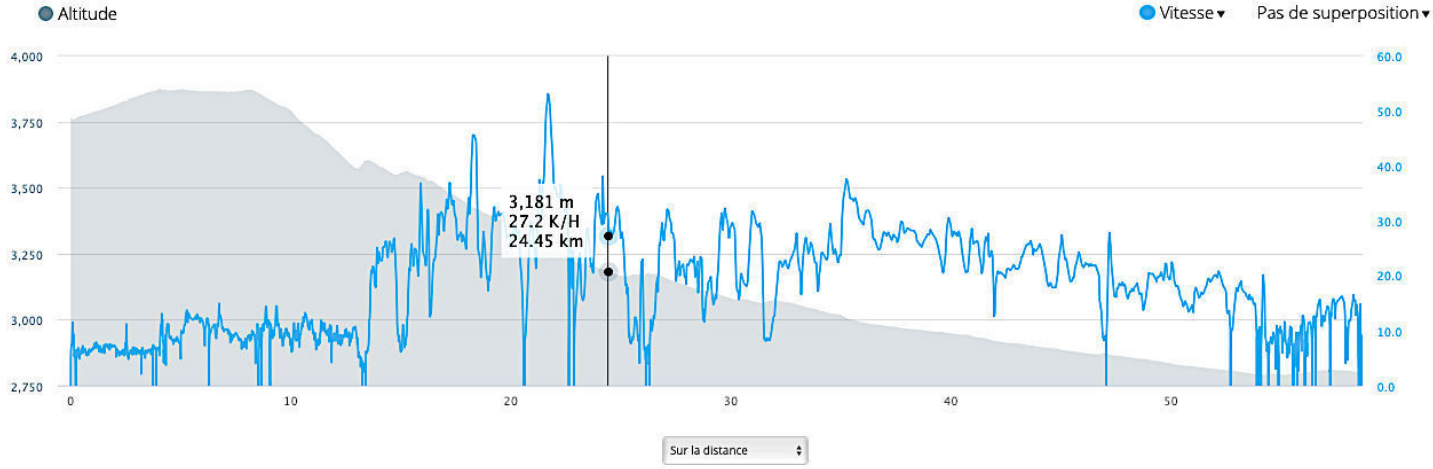
Machachi - Latacunga

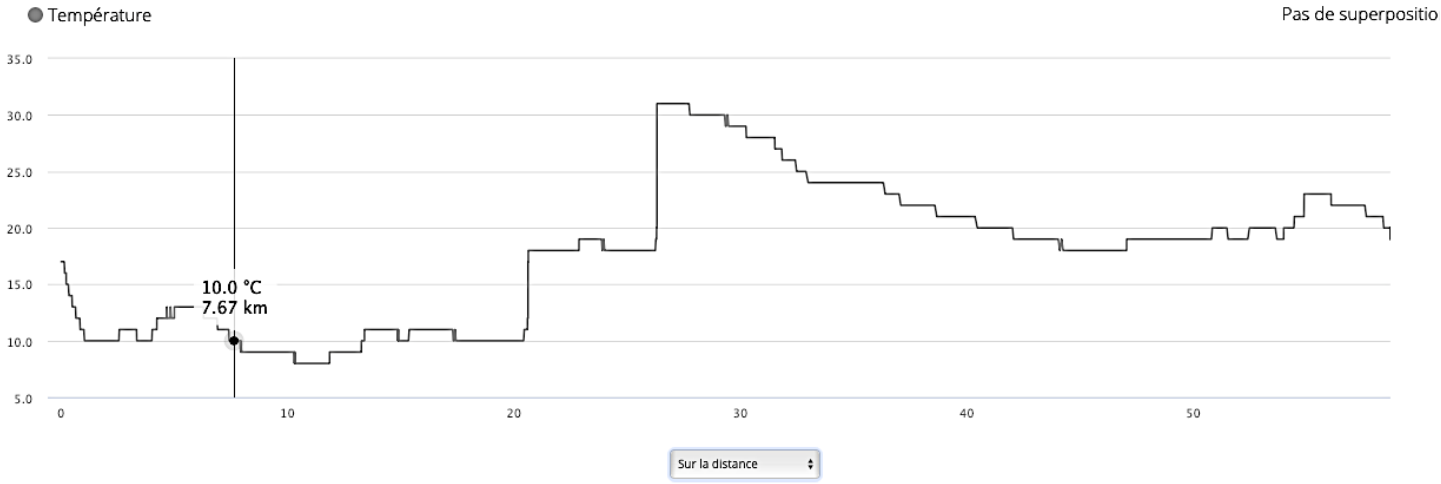
Type d'événement: Sans catégorie ▼ Parcours: Chimborazo ▼ Equipement: Ajouter

58.70 km	4:14:34	13.8 K/H	235 m	1,237 C
Distance	Temps	Vitesse moyenne	Gain alt	Calories



Sur la durée ▼ Personnaliser ▼





Statistiques | Intervalles | Temps dans les zones

Distance

58.70 km
Distance

Calories

1,237 C
Calories

Training Effect

2.9
Aérobie

0.5
Anaérobique

Fréquence cardiaque

bpm | % max. | Zones

102 bpm
Fréquence cardiaque moyenne

153 bpm
Fréquence cardiaque maximale

Chronométrage

Allure | Vitesse

4:14:34
Temps

4:03:24
Temps de déplacement

5:59:45
Temps écoulé

13.8 K/H
Vitesse moyenne

14.5 K/H
Vitesse moyenne en déplacement

53.1 K/H
Vitesse max

Altitude

235 m
Gain alt

1,117 m
Perte d'altitude

2,789 m
Altitude minimale

3,876 m
Altitude maximale

Température

16.2 °C
Température moyenne

8.0 °C
Température minimale

31.0 °C
Température maximale