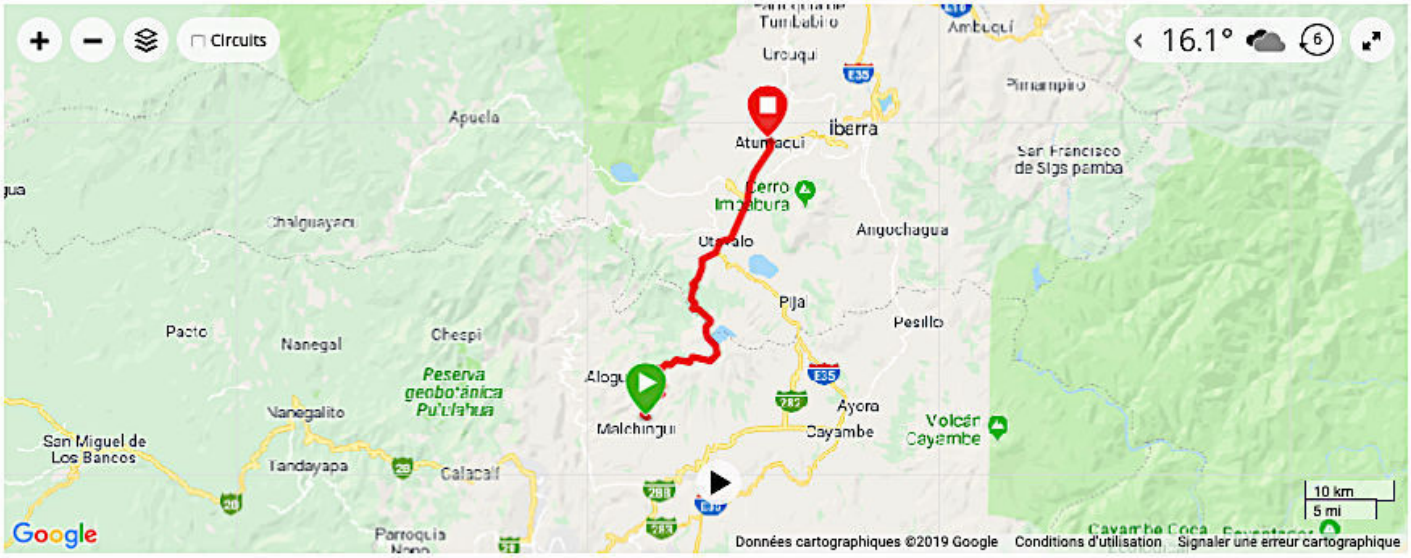
Dimanche 3 mars 2019 Sortie VTT

CYCLISME SUR ROUTE ▼ PAR CHERRUAULT LE 3 MARS 2019 @ 08:56

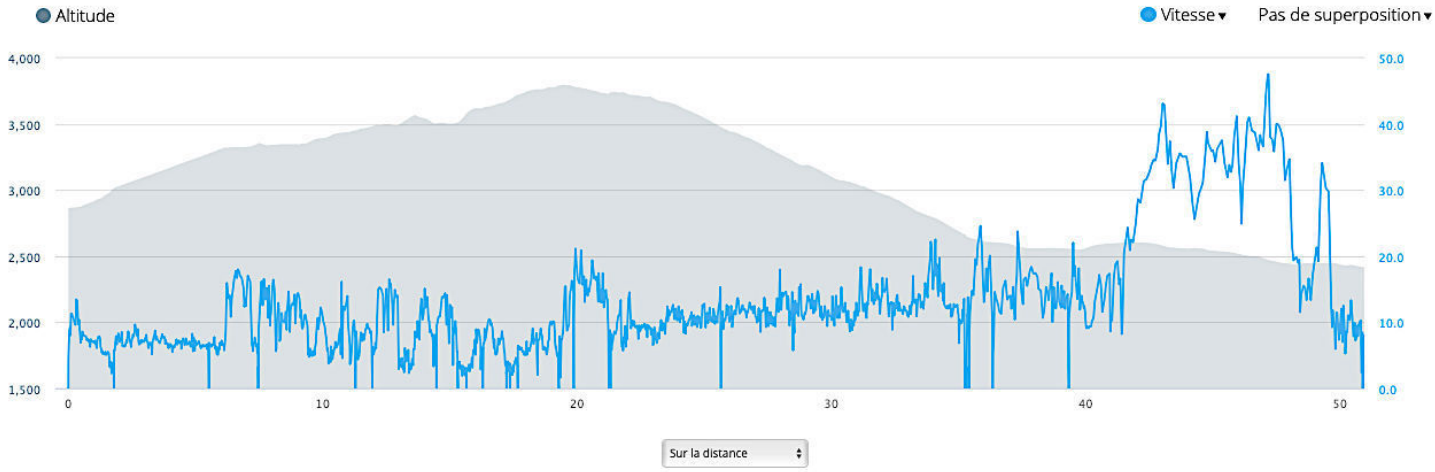
Malchingui - Atuntaqui sortie vtt

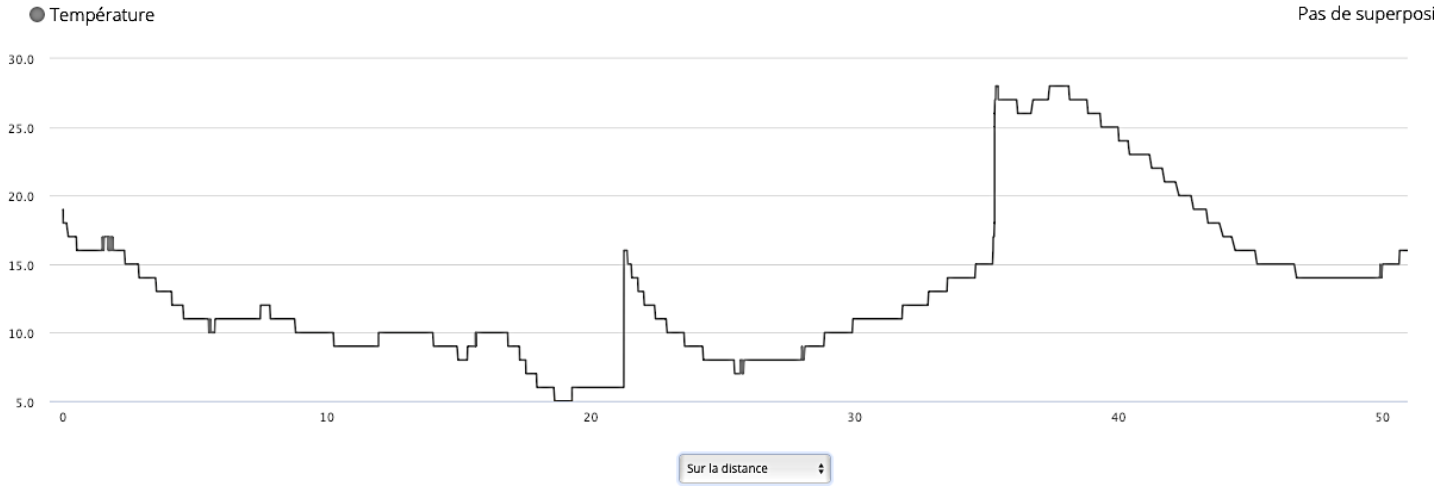
Type d'événement: Sans catégorie ▼ Parcours: -- ▼ Equipement: Ajouter

50.95 km	5:00:59	10.2 K/H	1,057 m	2,003 C
Distance	Temps	Vitesse moyenne	Gain alt	Calories



Sur la durée ▼ Personnaliser ▼





Statistiques | Intervalles | Temps dans les zones

Distance

50.95 km
Distance

Calories

2,003 C
Calories

Training Effect

4.3
Aérobie

2.1
Anaérobique

Fréquence cardiaque

bpm | % max. | Zones

125 bpm
Fréquence cardiaque moyenne

158 bpm
Fréquence cardiaque maximale

Chronométrage

Allure | Vitesse

5:00:59
Temps

4:55:14
Temps de déplacement

5:51:23
Temps écoulé

10.2 K/H
Vitesse moyenne

10.4 K/H
Vitesse moyenne en déplacement

47.7 K/H
Vitesse max

Altitude

1,057 m
Gain alt

1,466 m
Perte d'altitude

1,822 m
Altitude minimale

3,799 m
Altitude maximale

Température

12.3 °C
Température moyenne

5.0 °C
Température minimale

28.0 °C
Température maximale