Dimanche 31 mars 2019

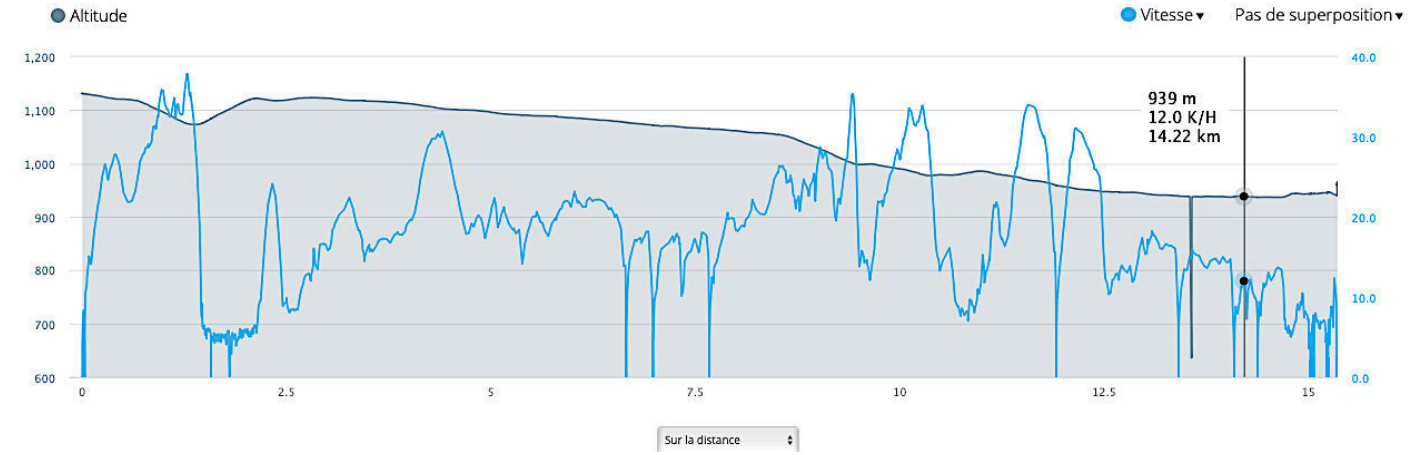
CYCLISME SUR ROUTE ▼ PAR CHERRUAULT LE 31 MARS 2019 @ 09:07

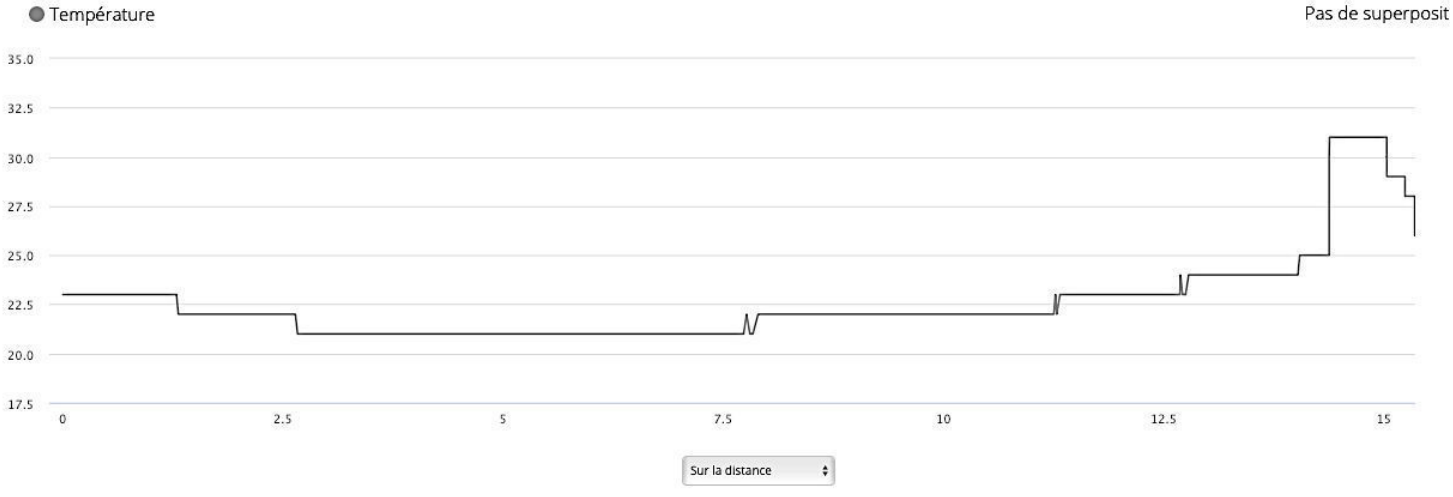
Mera - Puyo

Type d'événement: Sans catégorie ▼ Parcours: Baños Puyo ▼ Equipement: Ajouter

15.35 km	1:01:40	14.9 K/H	70 m	281 C
Distance	Temps	Vitesse moyenne	Gain alt	Calories

Sur la durée ▼ Personnaliser ▼





Statistiques | Intervalles | Temps dans les zones

Distance

15.35 km
Distance

Calories

281 C
Calories

Training Effect

2.0
Aérobie

0.0
Anaérobique

Fréquence cardiaque

bpm | % max. | Zones

98 bpm
Fréquence cardiaque moyenne

142 bpm
Fréquence cardiaque maximale

Chronométrage

Allure | Vitesse

1:01:40
Temps

59:34
Temps de déplacement

2:09:08
Temps écoulé

14.9 K/H
Vitesse moyenne

15.5 K/H
Vitesse moyenne en déplacement

37.9 K/H
Vitesse max

Altitude

70 m
Gain alt

250 m
Perte d'altitude

636 m
Altitude minimale

1,132 m
Altitude maximale

Température

23.2 °C
Température moyenne

21.0 °C
Température minimale

31.0 °C
Température maximale