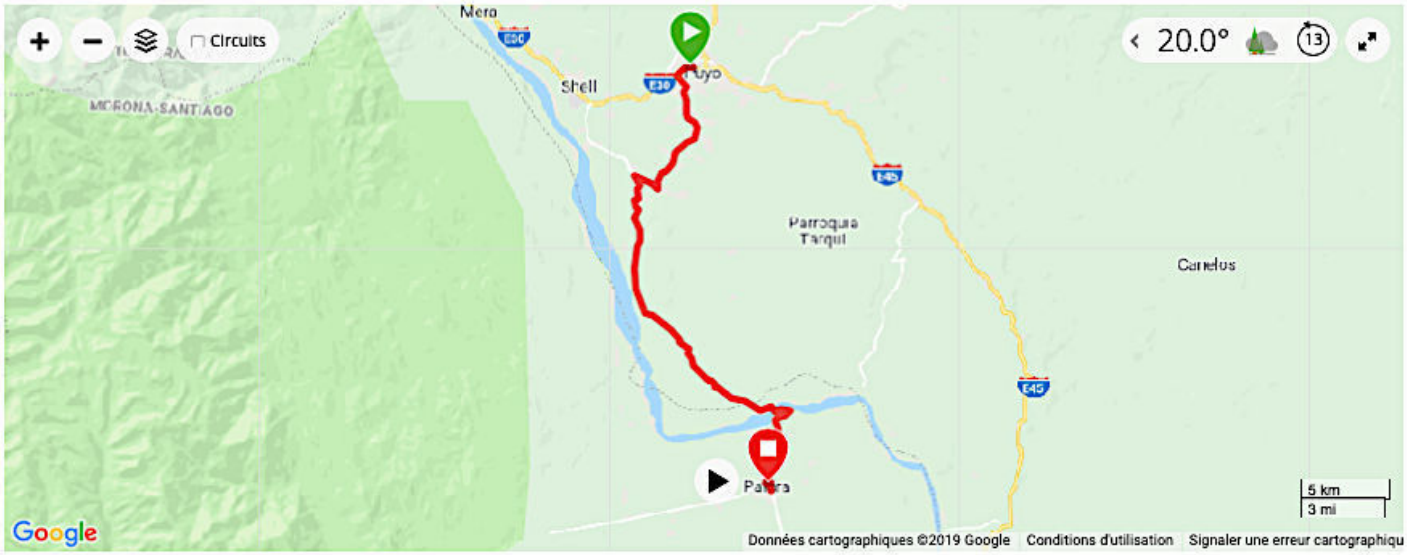
Lundi 1 avril 2019

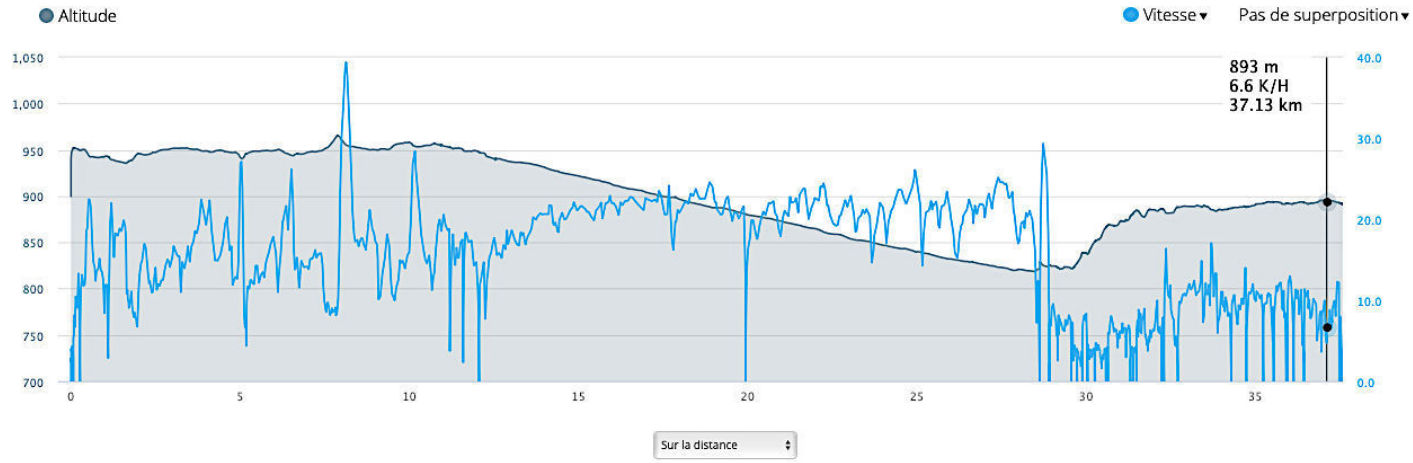
CYCLISME SUR ROUTE ▼ PAR CHERRUAULT LE 1 AVRIL 2019 @ 07:50

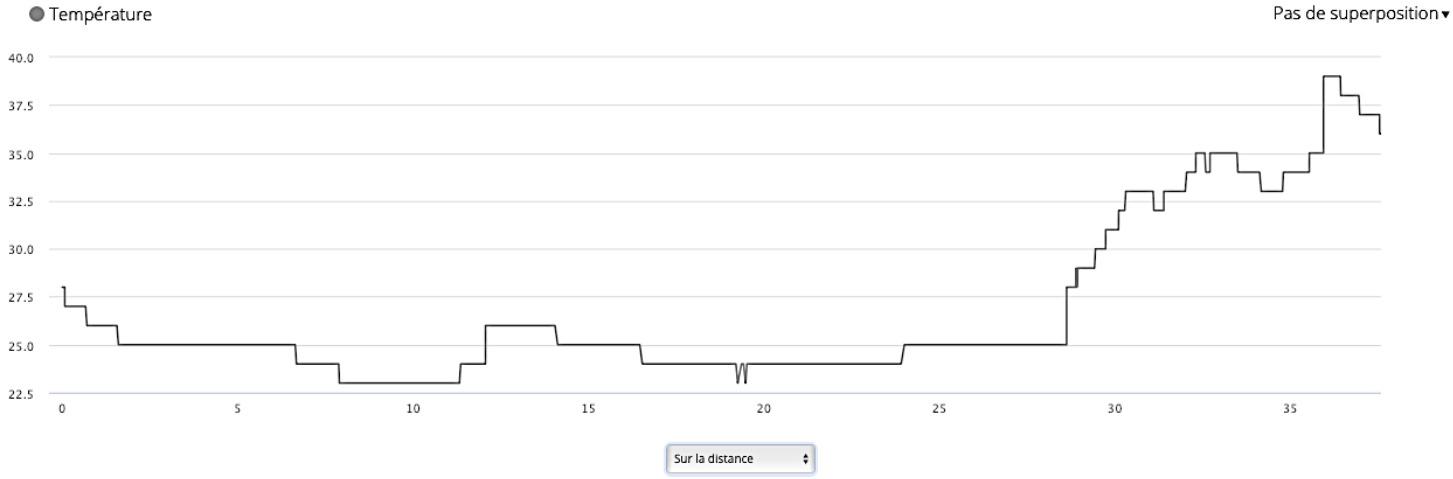
# Puyo - Palora

Type d'événement: Sans catégorie ▼ Parcours: <a href="/modern/course/23275551" class="course-name colored">Puyyo - Palora</a> ▼ Equipement: Ajouter

| 37.58 km | 2:54:43 | 12.9 K/H | 167 m | 909 C |
|---|---|---|---|---|
| Distance | Temps | Vitesse moyenne | Gain alt | Calories |



Statistiques | Intervalles | Temps dans les zones

## Distance

**37.58 km**
Distance

## Calories

**909 C**
Calories

## Training Effect

**2.1**
Aérobie

**0.0**
Anaérobique

## Fréquence cardiaque

bpm | % max. | Zones

**108 bpm**
Fréquence cardiaque moyenne

**143 bpm**
Fréquence cardiaque maximale

## Chronométrage

Allure | Vitesse

**2:54:43**
Temps

**2:48:59**
Temps de déplacement

**4:22:33**
Temps écoulé

**12.9 K/H**
Vitesse moyenne

**13.3 K/H**
Vitesse moyenne en déplacement

**39.4 K/H**
Vitesse max

## Altitude

**167 m**
Gain alt

**216 m**
Perte d'altitude

**819 m**
Altitude minimale

**966 m**
Altitude maximale

## Température

**28.4 °C**
Température moyenne

**23.0 °C**
Température minimale

**39.0 °C**
Température maximale