Lundi 15 avril

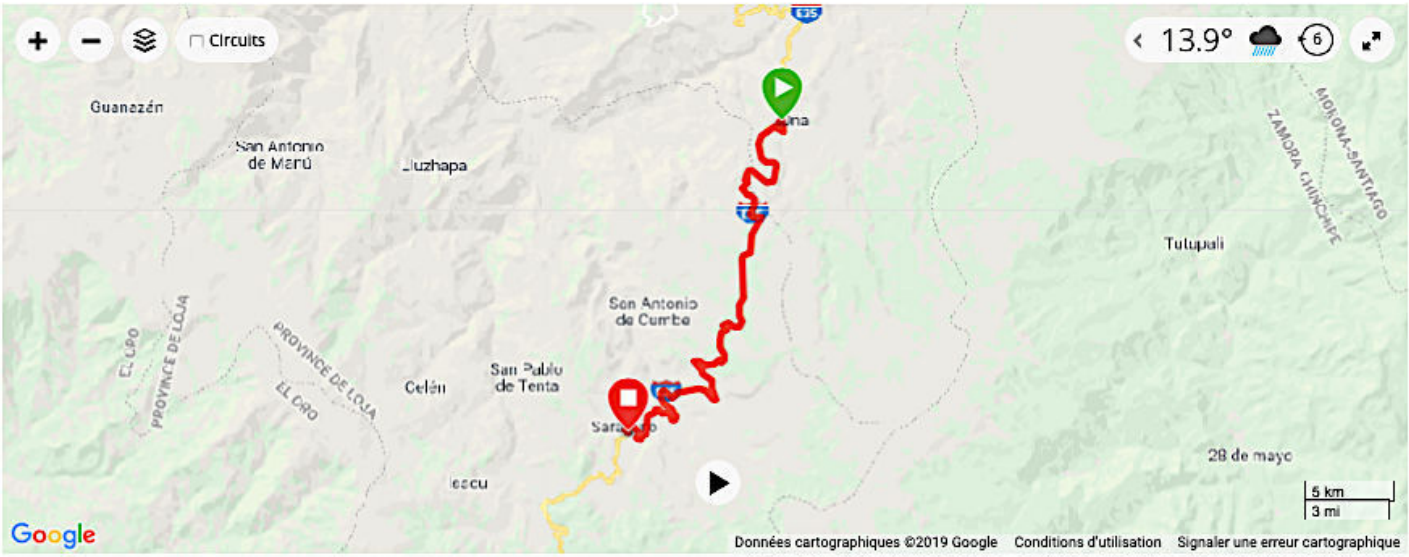
CYCLISME SUR ROUTE ▼ PAR CHERRUAULT LE 15 AVRIL 2019 @ 07:50

San Felipe de Oña - Saraguro

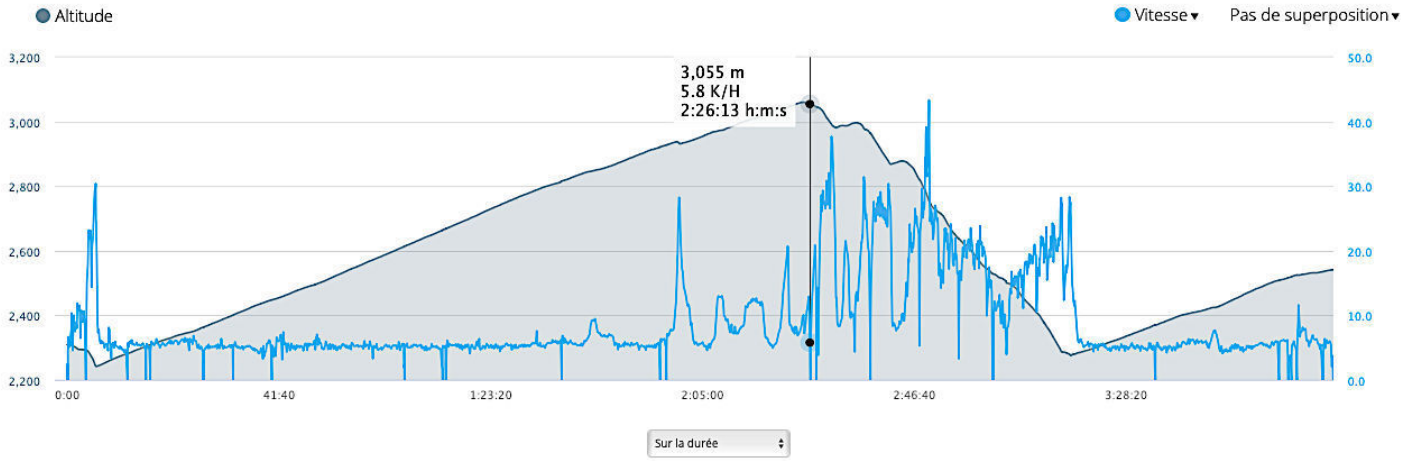
Type d'événement: Sans catégorie ▼ Parcours: Oña Saraguro ▼ Equipement: Ajouter

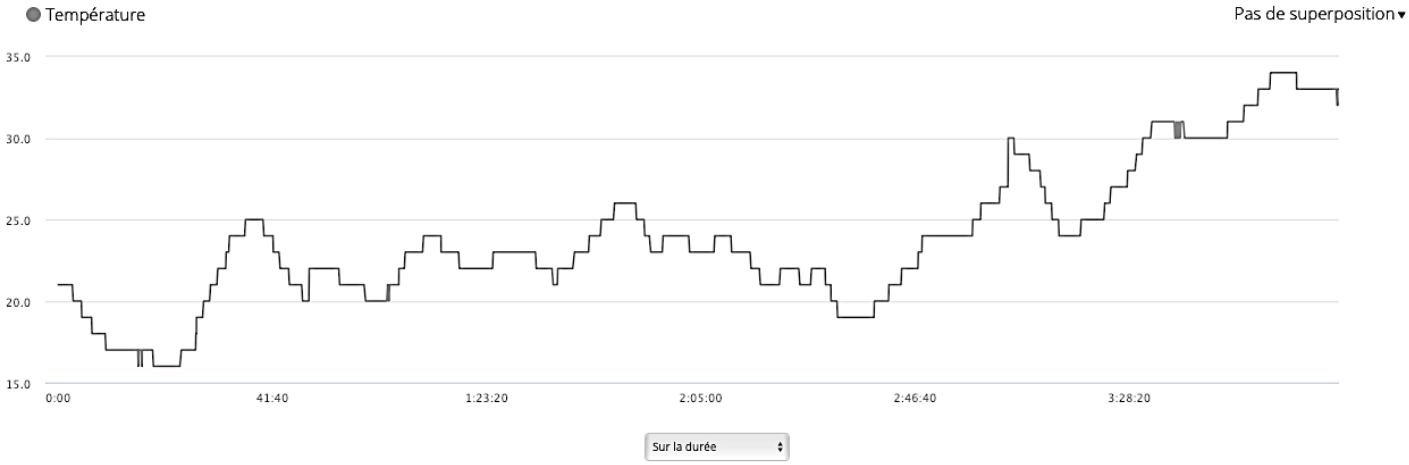
13.9° °C

37.17 km	4:09:03	9.0 K/H	1,055 m	1,975 C
Distance	Temps	Vitesse moyenne	Gain alt	Calories



Sur la durée ▼ Personnaliser ▼





Statistiques | Intervalles | Temps dans les zones

Distance

37.17 km
Distance

Calories

1,975 C
Calories

Training Effect

3.6
Aérobie

0.3
Anaérobique

Fréquence cardiaque

bpm | % max. | Zones

126 bpm
Fréquence cardiaque moyenne

161 bpm
Fréquence cardiaque maximale

Chronométrage

Allure | Vitesse

4:09:03
Temps

4:05:29
Temps de déplacement

5:33:37
Temps écoulé

9.0 K/H
Vitesse moyenne

9.1 K/H
Vitesse moyenne en déplacement

43.4 K/H
Vitesse max

Altitude

1,055 m
Gain alt

838 m
Perte d'altitude

2,241 m
Altitude minimale

3,061 m
Altitude maximale

Température

23.9 °C
Température moyenne

16.0 °C
Température minimale

34.0 °C
Température maximale