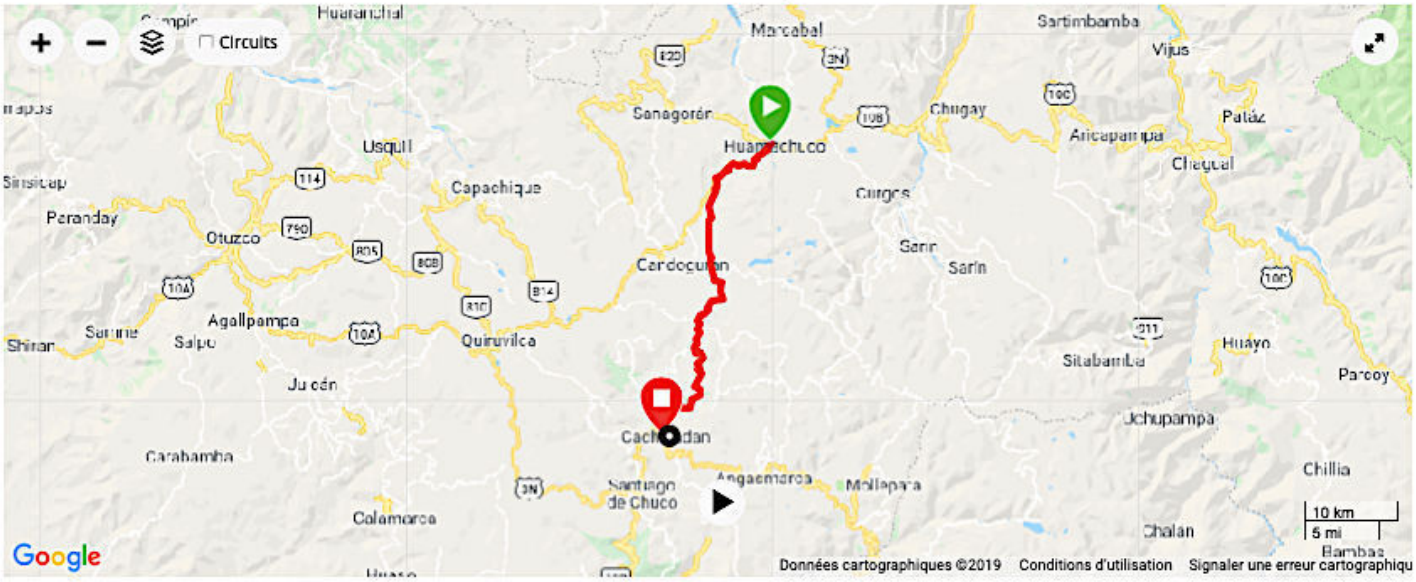
Samedi 15 juin 2019

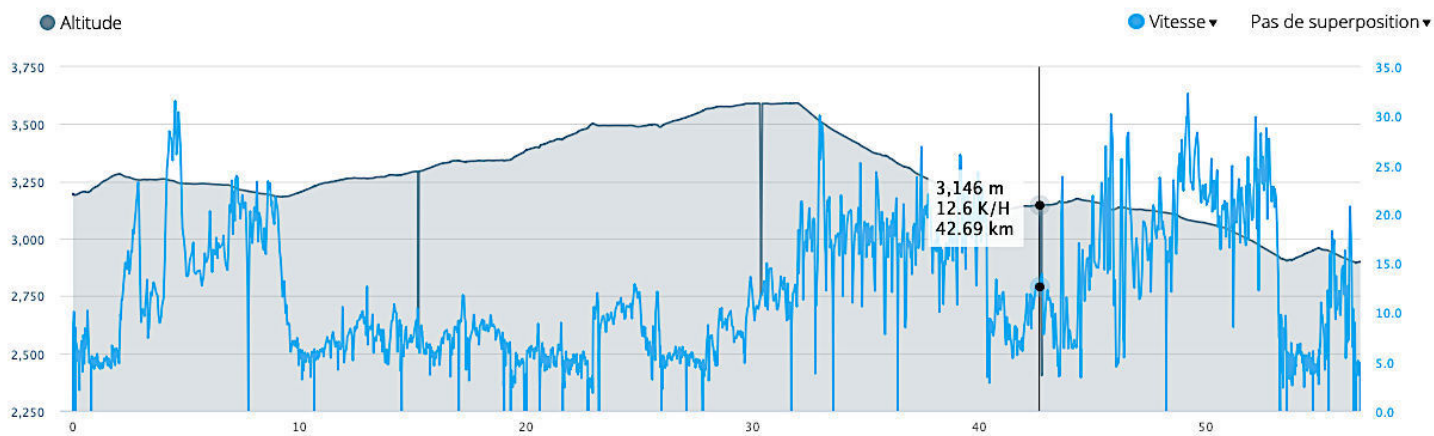
CYCLISME SUR ROUTE ▼ PAR CHERRUAULT LE 15 JUIN 2019 @ 08:20

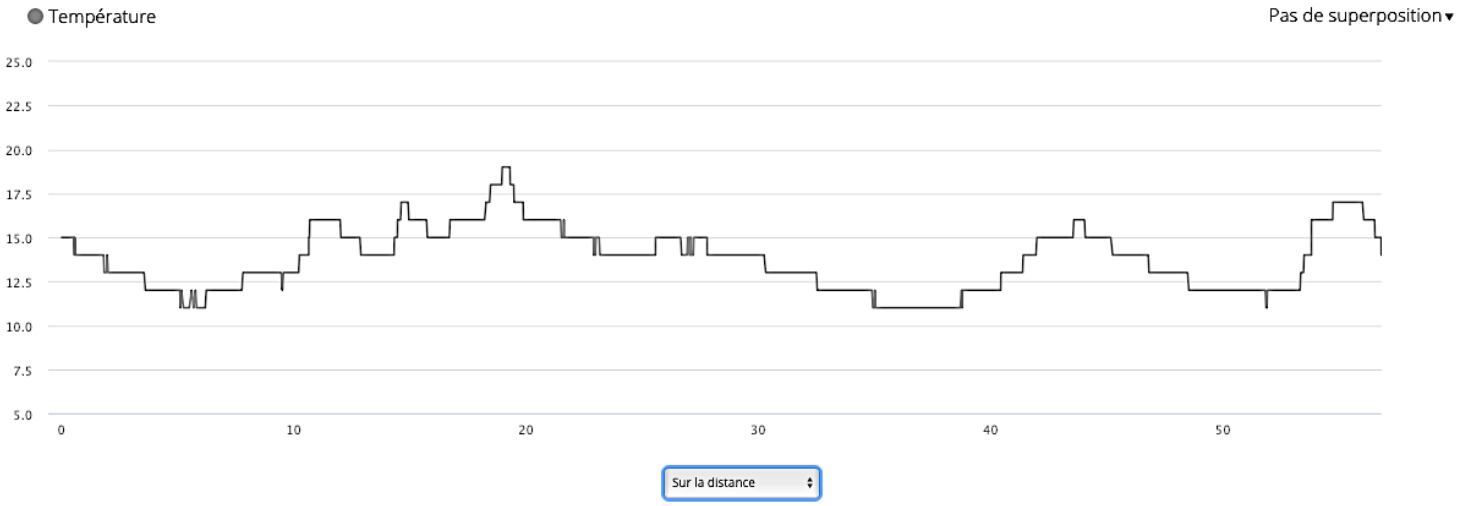
Huamachuco - Cachicadán

Type d'événement: Sans catégorie ▼ Parcours: Ebauche vers Pato ▼ Equipement: Ajouter

56.82 km	6:01:48	9.4 K/H	674 m
Distance	Durée	Vitesse moyenne	Gain alt







Distance

56.82 km
Distance

Calories

1,800 C
Calories

Training Effect

2.2 Maintien
Aérobie

0.0 Aucune amélioration
Anaérobique

Fréquence cardiaque

bpm | % max. | Zones

105 bpm
Fréquence cardiaque moyenne

143 bpm
Fréquence cardiaque maximale

Chronométrage

Allure | Vitesse

6:01:48
Durée

5:55:11
Temps de déplacement

8:27:28
Temps écoulé

9.4 K/H
Vitesse moyenne

9.6 K/H
Vitesse moyenne en déplacement

32.3 K/H
Vitesse max

Altitude

674 m
Gain alt

938 m
Perte d'altitude

2,404 m
Altitude minimale

3,592 m
Altitude maximale

Température

14.4 °C
Température moyenne

11.0 °C
Température minimale

19.0 °C
Température maximale