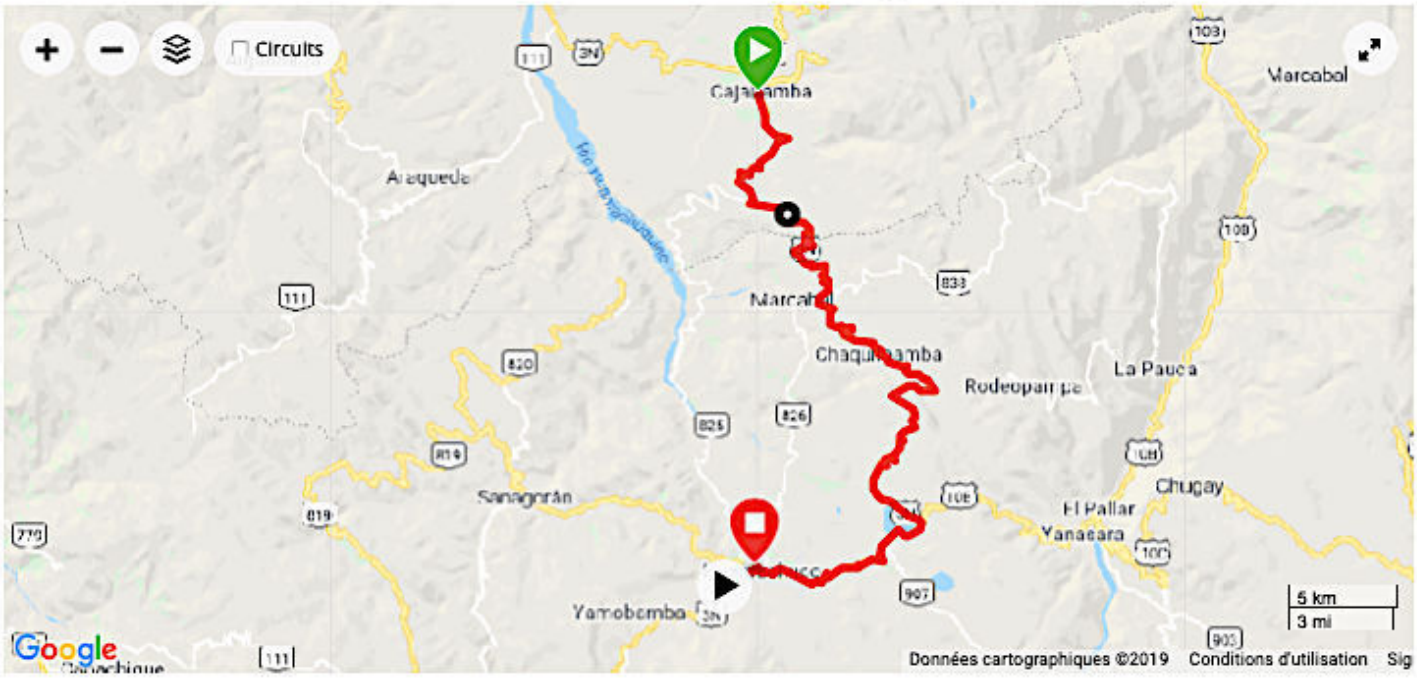
Vendredi 14 juin 2019

CYCLISME SUR ROUTE ▼ PAR CHERRUAULT LE 14 JUIN 2019 @ 08:01

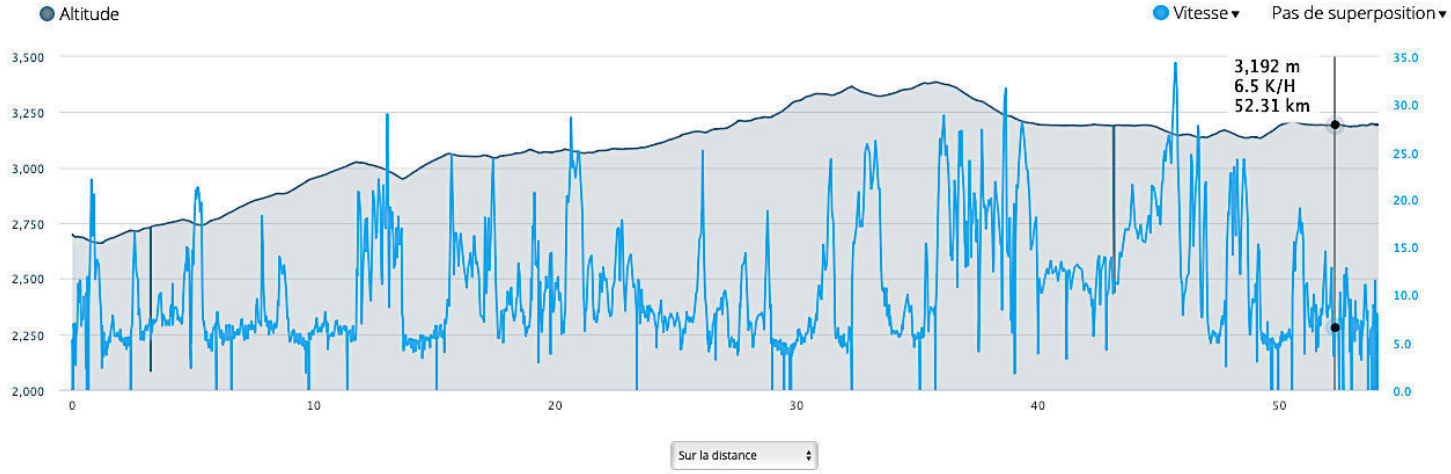
Cajabamba - Huamachuco

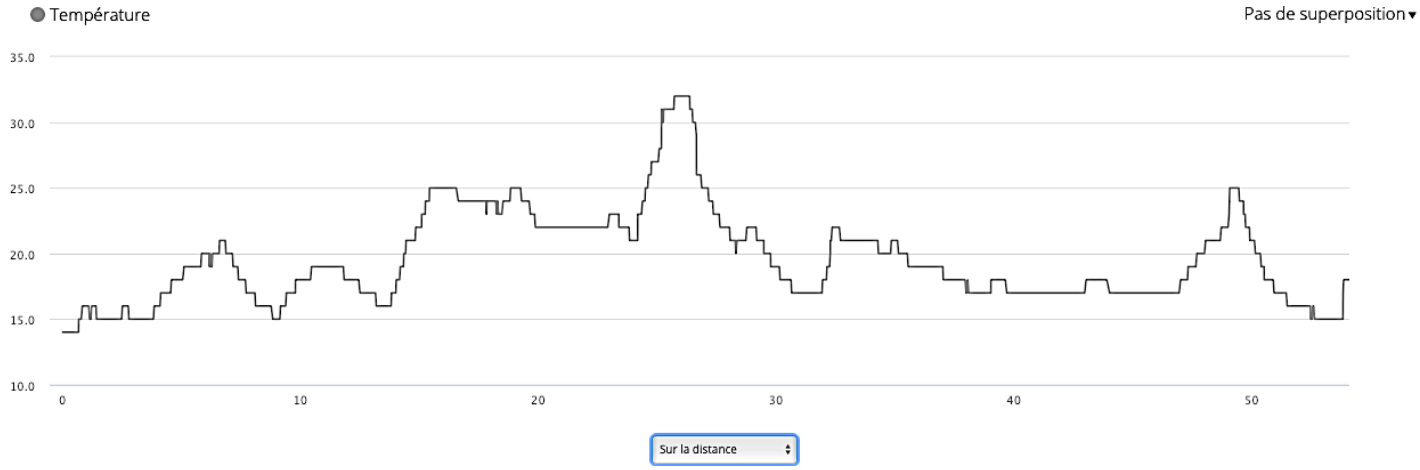
Type d'événement: Sans catégorie ▼ Parcours: Cajabamba - Huamachuco ▼ Equipement: Ajouter

54.09 km	6:09:30	8.8 K/H	1,075 m
Distance	Durée	Vitesse moyenne	Gain alt



Sur la durée ▼ Personnaliser ▼





Distance

54.09 km
Distance

Calories

2,098 C
Calories

Training Effect

2.5 Maintien
Aérobie

0.0 Aucune amélioration
Anaérobique

Fréquence cardiaque

bpm | % max. | Zones

114 bpm
Fréquence cardiaque moyenne

143 bpm
Fréquence cardiaque maximale

Chronométrage

Allure | Vitesse

6:09:30
Durée

6:03:50
Temps de déplacement

8:16:52
Temps écoulé

8.8 K/H
Vitesse moyenne

8.9 K/H
Vitesse moyenne en déplacement

34.6 K/H
Vitesse max

Altitude

1,075 m
Gain alt

577 m
Perte d'altitude

2,083 m
Altitude minimale

3,386 m
Altitude maximale

Température

19.6 °C
Température moyenne

14.0 °C
Température minimale

32.0 °C
Température maximale