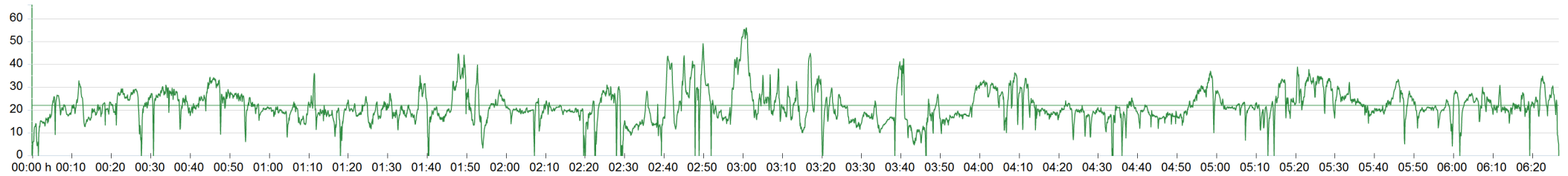
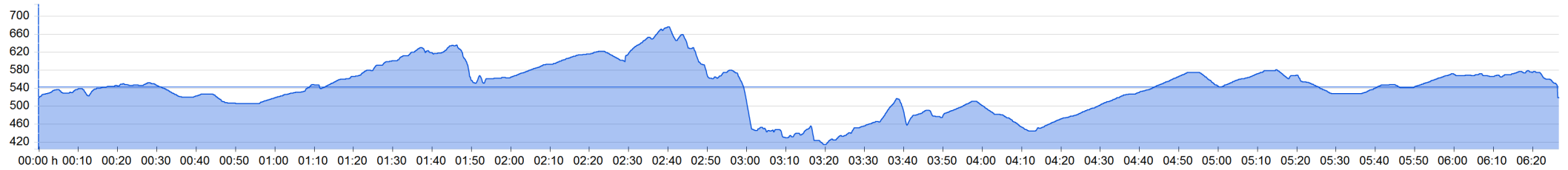


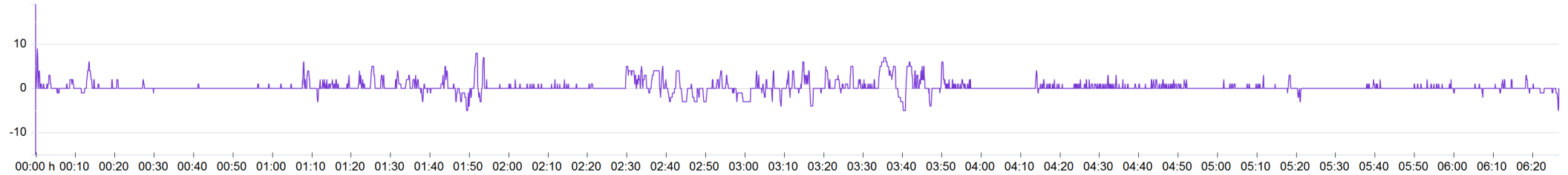
Geschwindigkeit [km/h]




Höhenmeter [m]



Steigung [%]

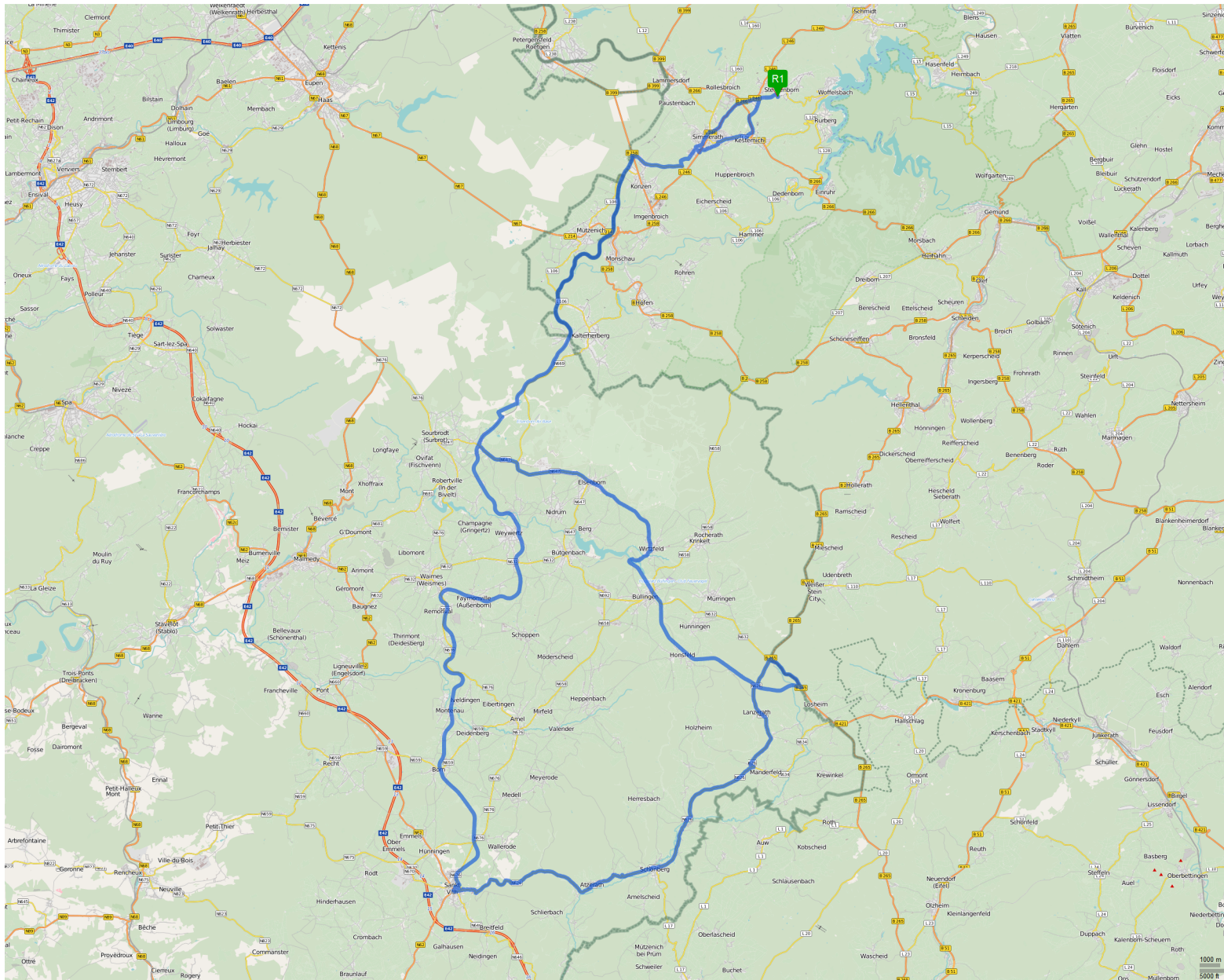





AKTIVITÄT - WERTE

 Konzen - Losheim - St. Vith - Konzen

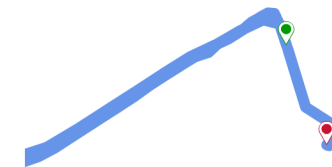
Standard / Fahrrad 1 / 09.04.2017 - 10:31

 Trainingszeit 06:26:41.5 h Dauer: 06:26:41.5 ↑▲ 01:16:34.1 ↓▲ 00:26:16.4	 Strecke 139,56 km ↑▲ 21,01 ↓▲ 14,73	 Geschwindigkeit Ø 21,78 km/h min. 0,00 ↑Ø 16,47 ↓Ø 33,64 max. 55,92	 Höhenmeter ↑▲ 923 m ↓▲ 923 min. 415 Ø 541 max. 676	 Herzfrequenz Ø 101 bpm 56 % von HRmax min. 0 max. 152
 Kalorien 1 912 kcal	 Steigung ↑Ø 2 % ↓Ø 2 min. -5 max. 9	 Steigrate ↑Ø 5 m/min ↓Ø -12 min. -36 max. 22	 Trittfrequenz Ø 69 U/min min. 0 max. 107	 Leistung Ø 78 Watt 0,9 Watt/kg min. 0 Arbeit in kJ max. 395 1 412
 Temperatur Ø 22,0 °C min. 16,1 max. 31,3				



	Distanz	139,56 km
	Trainingszeit	06:24:27.5 h
	Höhe Bergauf	923 m

Start



Ende

