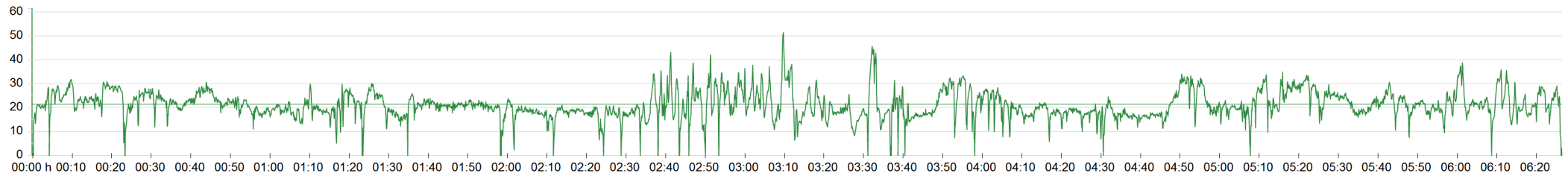

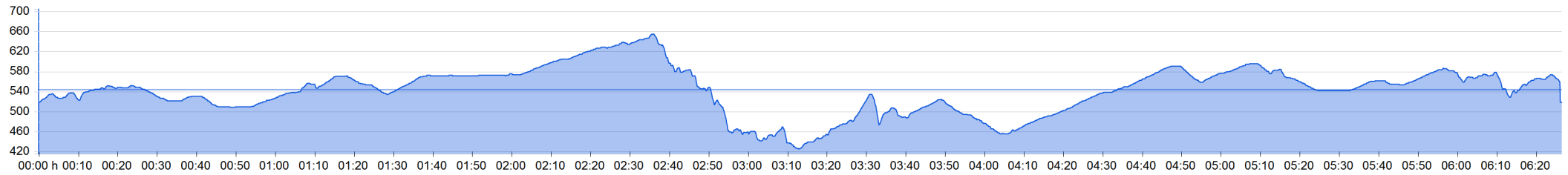

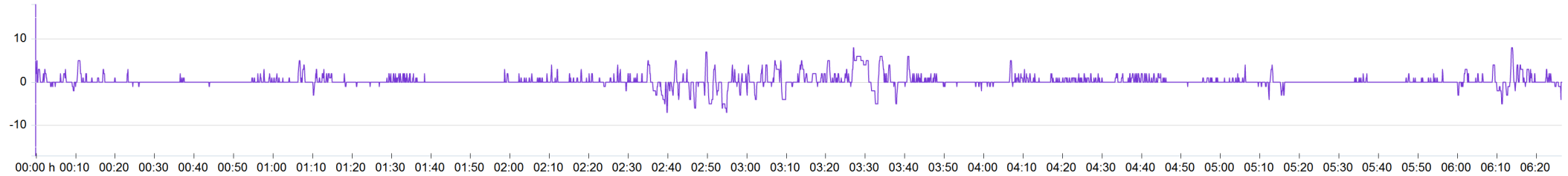
 Geschwindigkeit [km/h]




 Höhenmeter [m]



 Steigung [%]

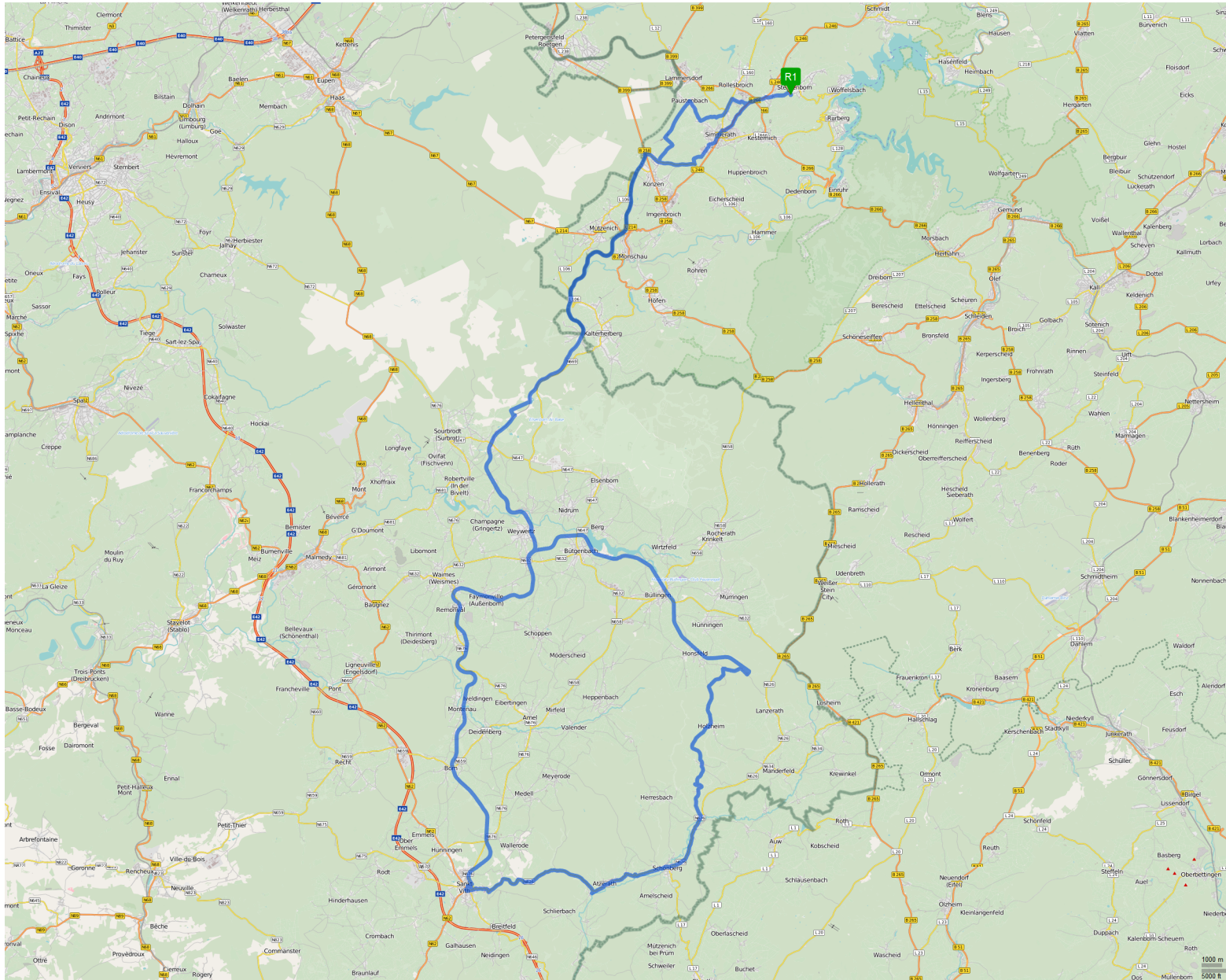





AKTIVITÄT - WERTE

 Konzen - Bütgenbach - Buchholz - Holzheim - St. Vith - Konzen

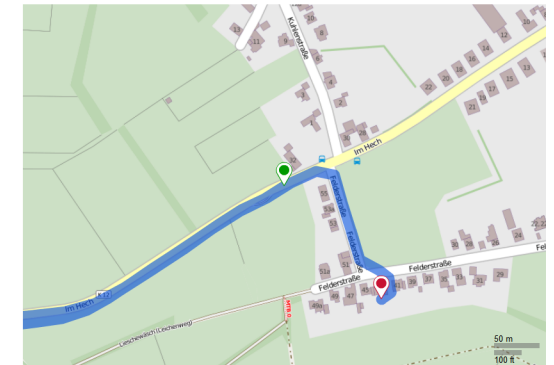
Standard / Fahrrad 1 / 30.04.2017 - 09:45

 Trainingszeit 06:26:28.0 h Dauer: 06:26:28.0  01:14:16.3  00:25:44.8	 Strecke 135,92 km  21,64  12,00	 Geschwindigkeit Ø 21,18 km/h min. 0,00  17,48  27,97 max. 51,42	 Höhenmeter ↑ 873 m ↓ 873 min. 426  543 max. 655	 Herzfrequenz Ø 111 bpm 61 % von HRmax min. 0 max. 157
 Kalorien 2918 kcal	 Steigung ↑ Ø 2 % ↓ Ø 2 min. -7 max. 8	 Steigrate ↑ Ø 6 m/min ↓ Ø -12 min. -38 max. 20	 Trittfrequenz Ø 69 U/min min. 0 max. 110	 Leistung Ø 74 Watt 0,8 Watt/kg min. 0 Arbeit in kJ max. 350 1372
 Temperatur Ø 17,7 °C min. 13,1 max. 24,4				



	Distanz	135,92 km
	Trainingszeit	06:25:00.0 h
	Höhe Bergauf	873 m

Start



Ende

