



Tableau de bord

Analyser ▾

Planifier ▾

Explorer ▾

Télécharger

Jeudi - Vignes

Précédent Suivant

jeu., 16 janv. 2014 12:27 Heure d'Europe centrale par [Slavieille](#)

Type d'activité: **Course à pied tout terrain** | Type d'événement: **Entraînement** | Parcours: —

[J'aime](#) · [Commentaires \(0\)](#)

J'aime 0

Partager

Exporter

Comparer

Envoyer à l'appareil

Enregistrer comme parcours

Imprimer

Détails

Intervalles

Lecteur

Récapitulatif

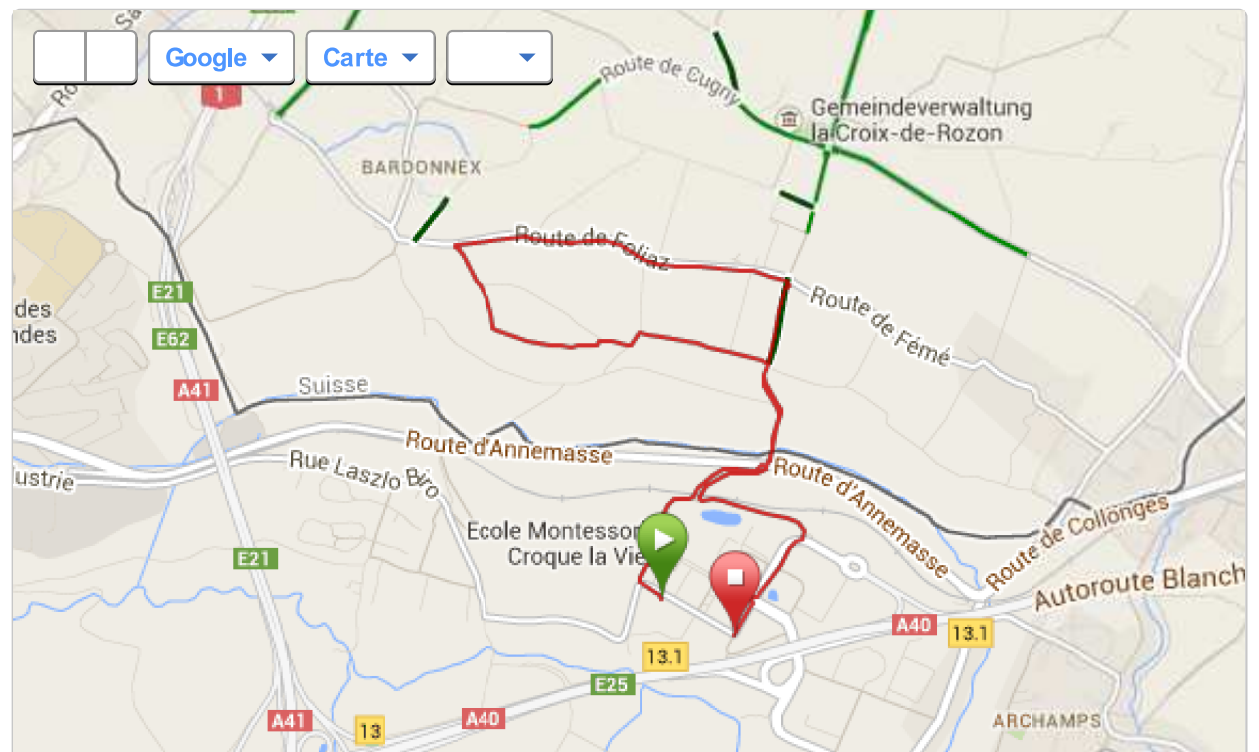
Distance: 5,10 km
 Temps: 1:15:33
 Vitesse moy.: 4,0 km/h
 Gain d'altitude: 47 m
 Calories: 351 C

Détails

Chronométrage

	Allure	Vitesse
Temps:	1:15:33	
Tps déplac.:	56:34	
Elapsed Time:	1:15:33	
Vitesse moy.:	4,0 km/h	
Avg Moving Speed:	5,4 km/h	
Vitesse max.:	7,9 km/h	

Carte

 Circuits


Altitude

Gain d'altitude: 47 m
 Perte d'altitude: 42 m
 Altitude min.: 470 m
 Altitude max.: 511 m

**Fréquence
cardiaque**

bpm % de la valeur Zones
max.

FC moy.: 126 bpm
 FC max.: 153 bpm

Circuits 6

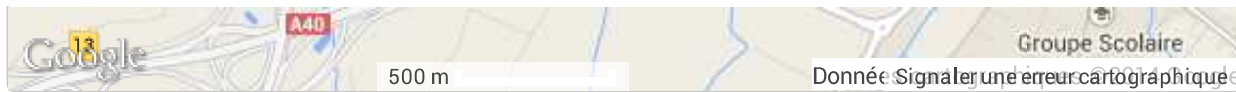
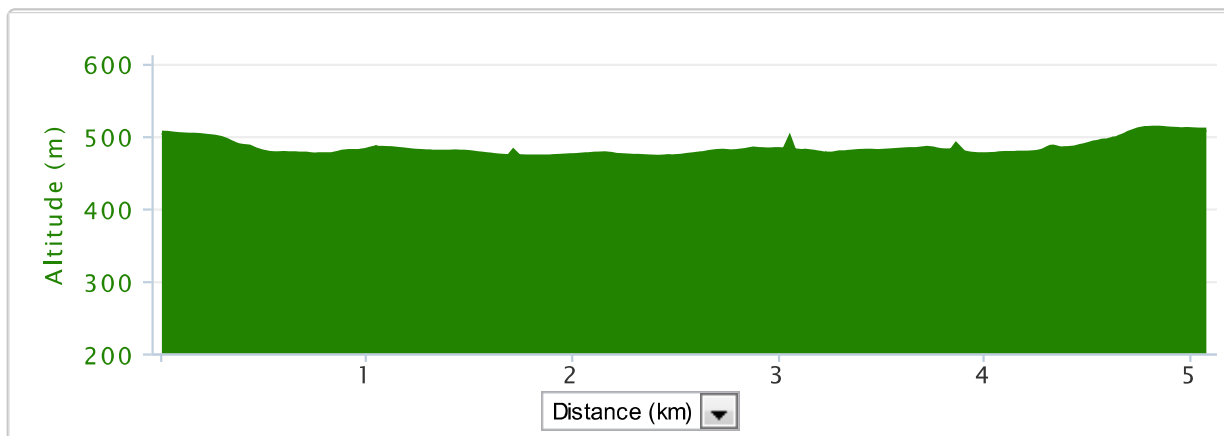
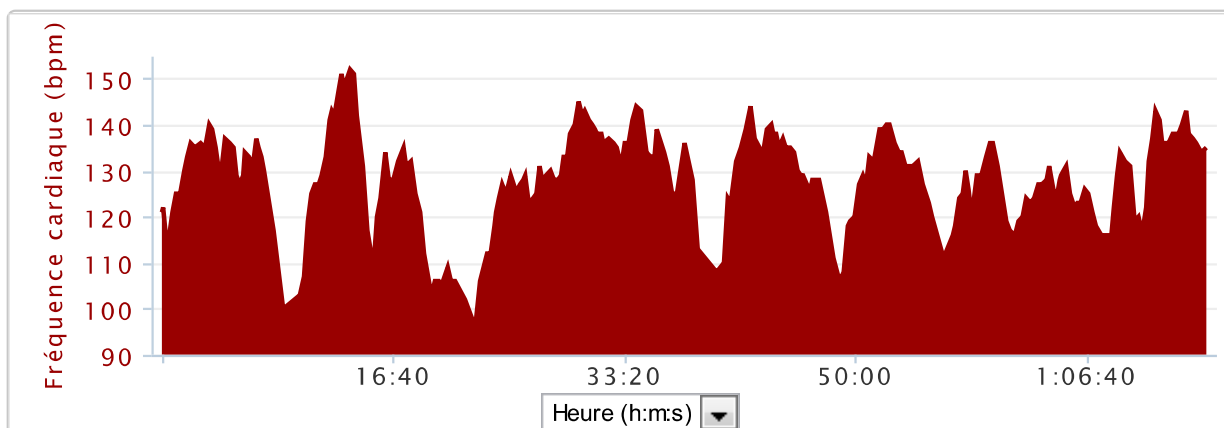
Afficher les intervalles

Intervalle	Temps	Distance	Allure moy.
1	13:22.4	1,00	13:23
2	17:03.7	1,00	17:05
3	14:32.3	1,00	14:33
4	14:50.0	1,00	14:50
5	14:42.0	1,00	14:43
6	1:02.7	0,10	10:45
Récapitulatif	1:15:33.1	5,10	14:50

Météo**6°C**

Ressenti 6°C
 0 km/h N vent
 Hygrométrie 81%

Source : LSGG

**Cartes** Moyen**Chronométrage****Altitude****Fréquence cardiaque**

Informations supplémentaires



Appareil:

Garmin Forerunner 210, 2.50.0.0

Corrections d'altitude  :

Activé Désactivé

Données du récapitulatif:

Original

Aide

Mise en route

Nouveautés

Garmin Connect

Blog

Développeurs

Garmin

Produits Fitness

Assistance

Serveur : olaxpw -connect06.garmin.com

Politique de confidentialité | Conditions d'utilisation

Copyright © 1996-2012 Garmin Ltd. ou ses filiales

