

ユーザー : zo
 名前 : 2006/07/22 14:33:41
 アクティビティ : Cycling

詳細

身体パラメータ

高度

| | | |
|--------------------|----------------------|-------------------|
| 時刻 : 2006/07/22 | トレーニング効果 : 3.5 | 最高 : 1075 m |
| 開始時刻 : 14:33:41 | EPOCピーク : 131 ml/kg | 最低 : 1012 m |
| 終了時刻 : 14:49:18 | 換気量 : 150 l/min | 上り : 1 m |
| トレーニング時間 : 0:15:37 | 酸素消費量 : 76 ml/kg/min | 下り : 8 m |
| Distance : 2.37 km | 呼吸速度 : 69 bpm | 上り時間 : 00:06.50 |
| 平均速度 : 9.1 km/h | エネルギー消費量 : 399 kcal | 下り時間 : 00:02.50 |
| 最高速度 : 27 km/h | | 平坦での時間 : 00:05.57 |

心拍数

| | | |
|--------------|--------------------|--------------|
| 最高 : 184 bpm | 設定ゾーン以上 : 00:13.30 | 上限 : 165 bpm |
| 平均 : 174 bpm | 設定ゾーン内 : 00:02.00 | |
| 最低 : 136 bpm | 設定ゾーン以下 : 00:00.00 | 下限 : 125 bpm |

インターバル

| マーク | 分割 | ラップ | 心拍数 bpm | 平均心拍 bpm | lap dist km | ラップ速度 km/h | dist. start km | 開始からの速 km/h | メモ |
|-----|------------|------------|------------|-------------|----------------|---------------|-------------------|----------------|-------------------|
| 1 | 00:01.00 | 00:01.00 | 164 | 147 | 0.27 | 16 | 0.27 | 16 | Time interval lap |
| 2 | 00:15.37,9 | 00:14.37,9 | 156 | 175 | 2.1 | 8.6 | 2.37 | 9.1 | Log stopped |

