

□□□□□□□□



十三峠

3.98km 362m 9.1%

25:12

25:12

今回のタイム

移動時間

	平均	MAX
スピード	9.5km/時	21.7km/時
ケイデンス	46	70
心拍数	190 bpm	239 bpm
パワー	189W	307 W
平均上昇速度	862	
標高差	362m	

□□□□□□□□□□□□□□□□

□□□□□□□□□□□□□□□□

□□□□□□□□□□□□□□□□□□

□□□□□□□□□□□□□□□□



十三峠

3.98km 362m 9.1%

24:42

24:42

今回のタイム

移動時間

	平均	MAX
スピード	9.7km/時	18.0km/時
ケイデンス	47	66
パワー	200W	299 W
平均上昇速度	879	
標高差	362m	

□□□□□□□□□□□□□□□□

XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX

XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX



十三峠

3.98km 362m 9.1%

23:49

23:49

今回のタイム

移動時間

	平均	MAX
スピード	10.0km/時	18.1km/時
ケイデンス	51	68
心拍数	181 bpm	195 bpm
パワー	211W	351 W
平均上昇速度	912	
標高差	362m	

XXXXXX

XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX

XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX

XXXXXXXXXX

XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX

XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX