

□□□□□□□□□□□□□□□□



□□□□□□□□□□□□□□

□□□□□□□□□□□□□□



□□□□□□□□□□



□□□□□□□□□□□□□□□□



□□□□□□□□□□□□□□□□

11:00

今回のタイム

10:33

移動タイム

	平均	MAX
スピード	17.9km/ 時	36.0km/ 時
ケイデンス	73	129
心拍数	184 bpm	193 bpm
パワー	272W	511 W
平均上昇速 度	1115	
標高差	204m	

□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□

□□□□□□□□□□

□□□□□□□□□□□□□□□□

□□□□□□□□□□□□□□□□□□

□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□

□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□

□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□

□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□

□□□□□□□□□□□□□□□□4□□□□□□□□□□

□□□□□□□□□□□□□□□□□□

□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□

□□□□□□□□□□□□□□□□□□

ロードバイク いいね!

□□□□□□□□ SRAM RED □□□□□□□□□□□□□□□□□□ □□



□□□□□□□□□□□□□□□□ (´Д`)

□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□

□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□

□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□

□□□□□□

□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□

□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□

□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□

□□2□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□

□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□

□□□□□□□Bluetooth□□□□□□□□□□□□

□□□□□□□□□□□□□□□□Ant+□□□□□

□□□Ant+□□□□□□□□□□□□□□□Zwift□□□□□□

□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□

□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□

□□□□□□□□□□□□□□□□



SRAM

SRAM

eTap

□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□

□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□

□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□

□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□

□□□□□□□□(´Д`)

ロードバイク いいね!

□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□
□



□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□

□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□

□□□□□□□□



□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□

□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□

□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□

□□□□□□□□□□

GoproMax□360°□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□

□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□

□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□

□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□

□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□

□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□

□□□□□□□□

□□□□□□□□□□□□□□□□



□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□



STI ST-5700 10
T



XTR
T

□□□□□□□□□□□□□□



□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□

□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□

□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□

□□□□□□□□□□□□□□□□4□1□□□□

□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□

□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□

□□□□□□□□□□□□□□□□□□



□□□□□□□□□□□□□□□□□□

□□□□□□□□□□□□□□□□□□



□□□□□□□□□□□□□□□□□□GPS□□□□□□□□□□

