

2010_04_03 Flotter Morgenlauf

Sa, Apr 3, 2010 7:11 (GMT+01:00) Mitteleuropäische Zeit
 von [diro2006](#)
 Aktivitätstyp: **Laufen** | Ereignistyp: **Training**

Übersicht

Gesamt

Zeit: 00:46:30
 Distanz: 7,64 km
 Positiver Höhenunterschied: 16 m
 Kalorien: 791 cal

Zeitmessung

Zeit: 00:46:30
 Zeit in Bewegung: 00:46:14
 Elapsed Time: 00:46:30
 Ø Pace: 06:04 min/km
 Avg Moving Pace: 06:02 min/km
 Beste Pace: 04:31 min/km

Höhe

Positiver Höhenunterschied: 16 m
 Negativer Höhenunterschied: 17 m
 Min. Höhe: 144 m
 Max. Höhe: 158 m

Herzfrequenz

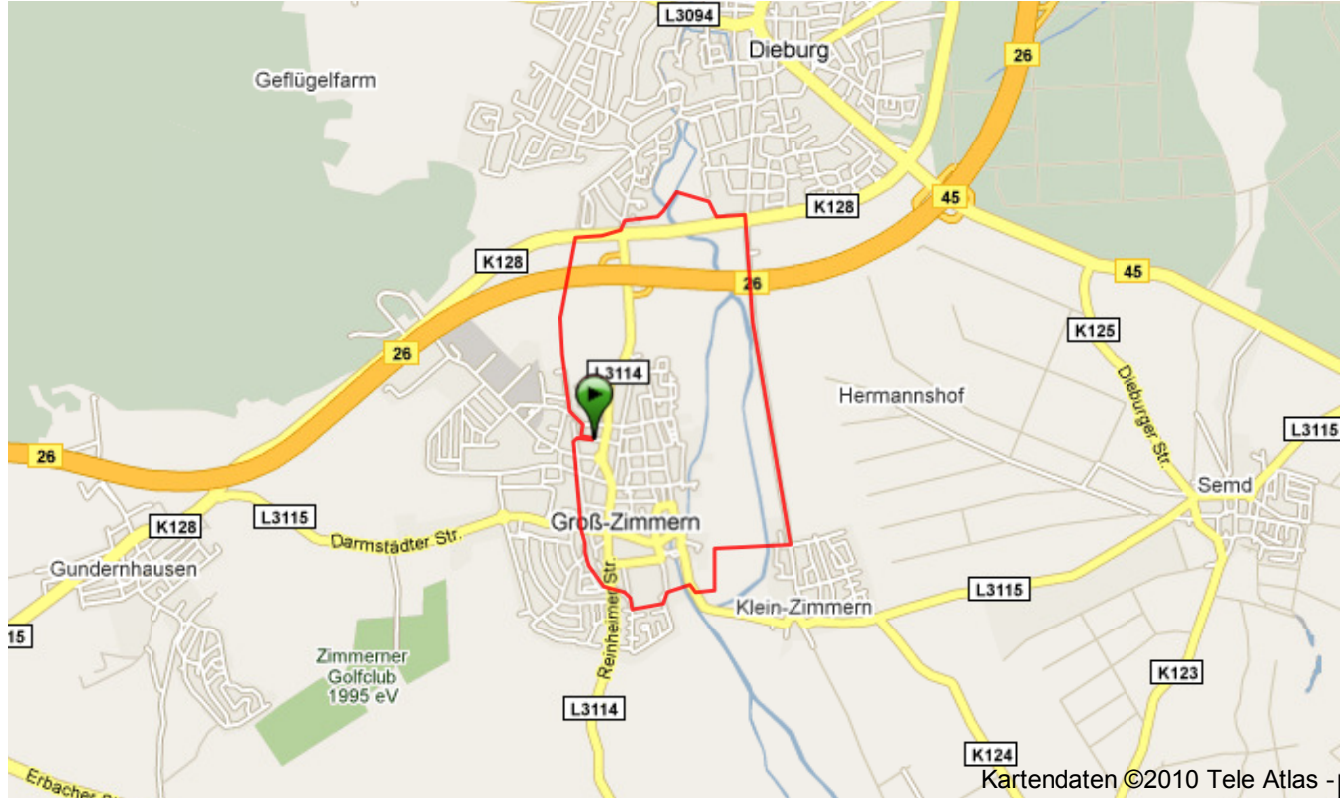
Ø HF: 82 % max. Herzfrequenz
 Max. HF: 91 % max. Herzfrequenz

Weitere Informationen

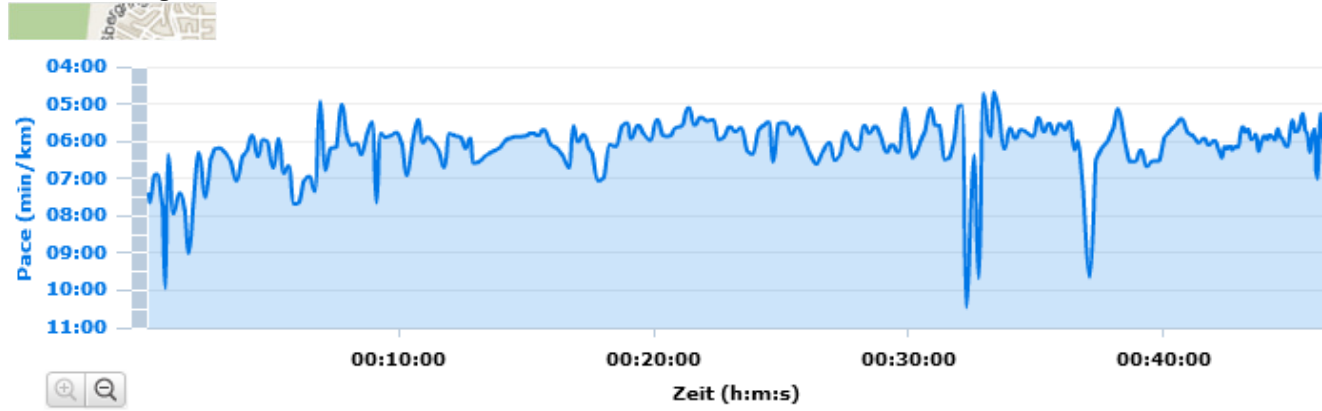


Gerät:
[Garmin Forerunner 405](#), 2.50.0.0
Höhenkorrekturen :
 Aktiviert
Übersichtsdaten:
 Original

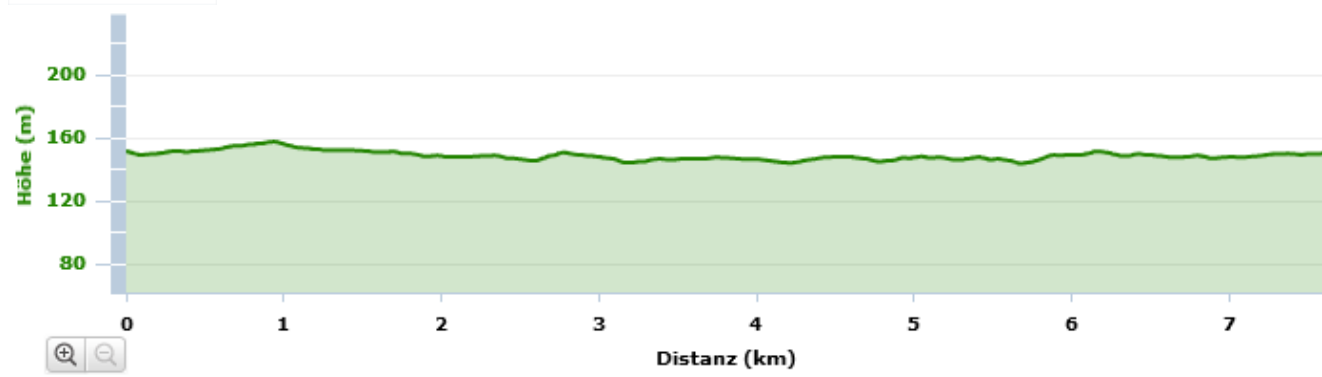
Karte



Karten Zeitmessung



Höhe Distanz



Herzfrequenz Dauer

