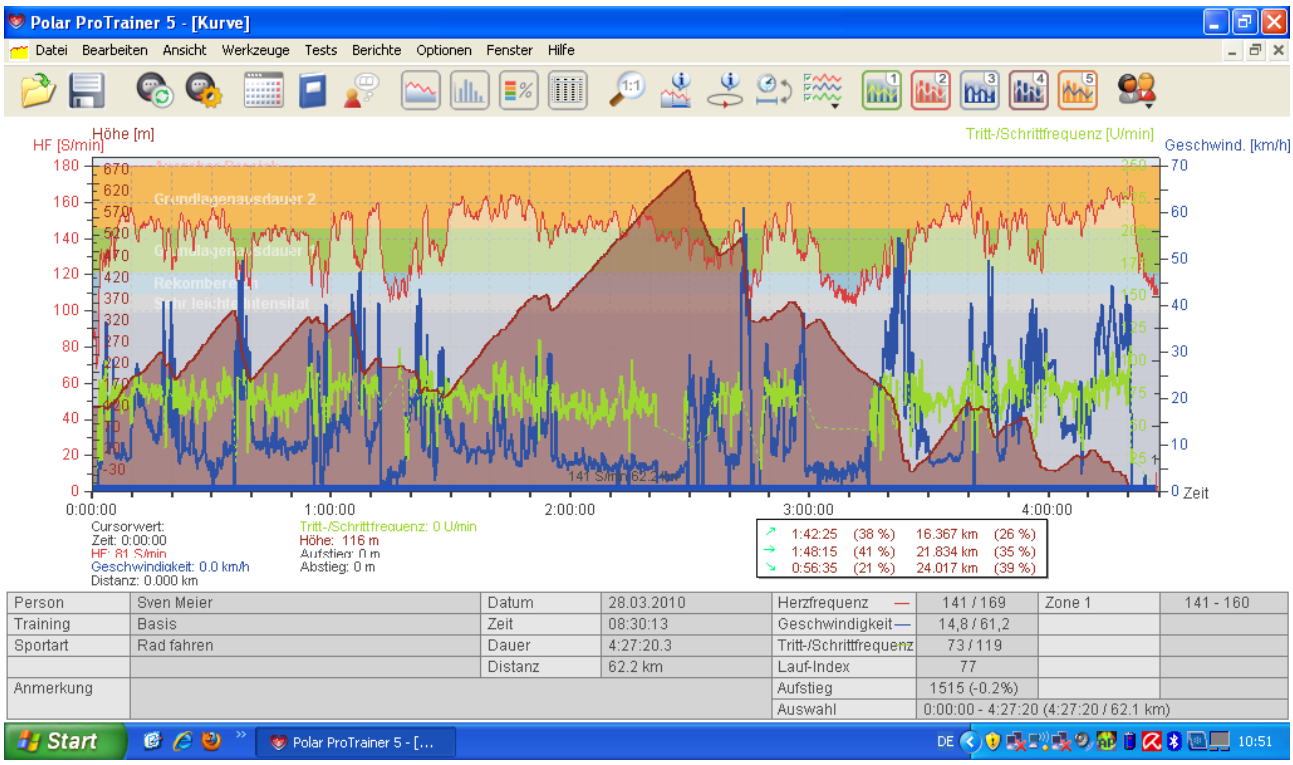
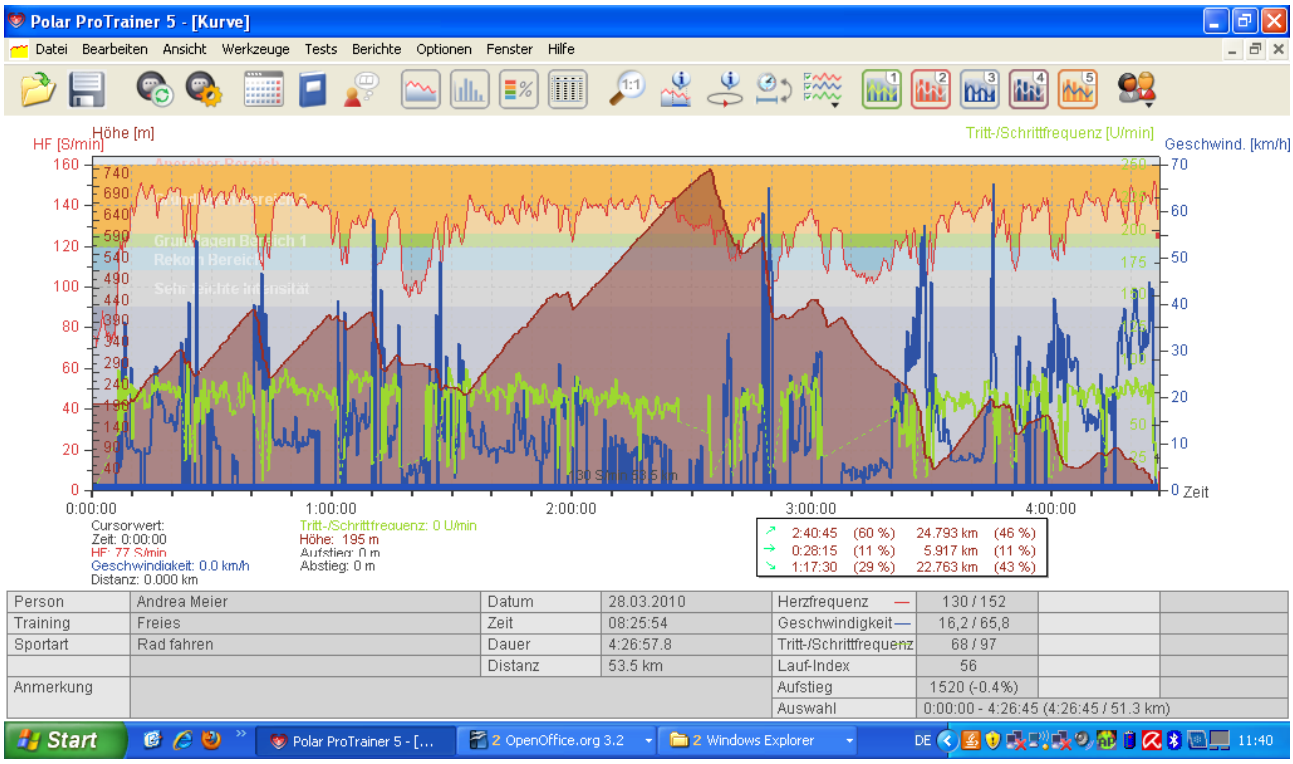

Polar ProTrainer 5 - [Kurve]
Datei Bearbeiten Ansicht Werkzeuge Tests Berichte Optionen Fenster Hilfe
HF [S/min]
Höhe [m]
Tritt-/Schrittfrequenz [U/min]
Geschwind. [km/h]
Zeit
0:00:00
1:00:00
2:00:00
3:00:00
4:00:00
Cursorwert:
Zeit: 0:00:00
HF: 81 S/min
Geschwindigkeit: 0.0 km/h
Distanz: 0.000 km
Tritt-/Schrittfrequenz: 0 U/min
Höhe: 116 m
Aufstieg: 0 m
Abstieg: 0 m
1:42:25 (38 %) 16.367 km (26 %)
1:48:15 (41 %) 21.834 km (35 %)
0:56:35 (21 %) 24.017 km (39 %)
Person Sven Meier Datum 28.03.2010 Herzfrequenz 141 / 169 Zone 1 141 - 160
Training Basis Zeit 08:30:13 Geschwindigkeit 14,8 / 61,2
Sportart Rad fahren Dauer 4:27:20.3 Tritt-/Schrittfrequenz 73 / 119
Distanz 62.2 km Lauf-Index 77
Anmerkung Aufstieg 1515 (-0.2%)
Auswahl 0:00:00 - 4:27:20 (4:27:20 / 62.1 km)
Start
Polar ProTrainer 5 - [...
DE
10:51


Polar ProTrainer 5 - [Kurve]
Datei Bearbeiten Ansicht Werkzeuge Tests Berichte Optionen Fenster Hilfe
HF [S/min]
Höhe [m]
Tritt-/Schrittfrequenz [U/min]
Geschwind. [km/h]
Zeit
0:00:00
1:00:00
2:00:00
3:00:00
4:00:00
Cursorwert:
Zeit: 0:00:00
HF: 77 S/min
Geschwindigkeit: 0.0 km/h
Distanz: 0.000 km
Tritt-/Schrittfrequenz: 0 U/min
Höhe: 195 m
Aufstieg: 0 m
Abstieg: 0 m
2:40:45 (60 %) 24.793 km (46 %)
0:28:15 (11 %) 5.917 km (11 %)
1:17:30 (29 %) 22.763 km (43 %)
Person Andrea Meier Datum 28.03.2010 Herzfrequenz 130 / 152
Training Freies Zeit 08:25:54 Geschwindigkeit 16,2 / 65,8
Sportart Rad fahren Dauer 4:26:57.8 Tritt-/Schrittfrequenz 68 / 97
Distanz 53.5 km Lauf-Index 56
Anmerkung Aufstieg 1520 (-0.4%)
Auswahl 0:00:00 - 4:26:45 (4:26:45 / 51.3 km)
Start
Polar ProTrainer 5 - [...
2 OpenOffice.org 3.2
2 Windows Explorer
DE
11:40