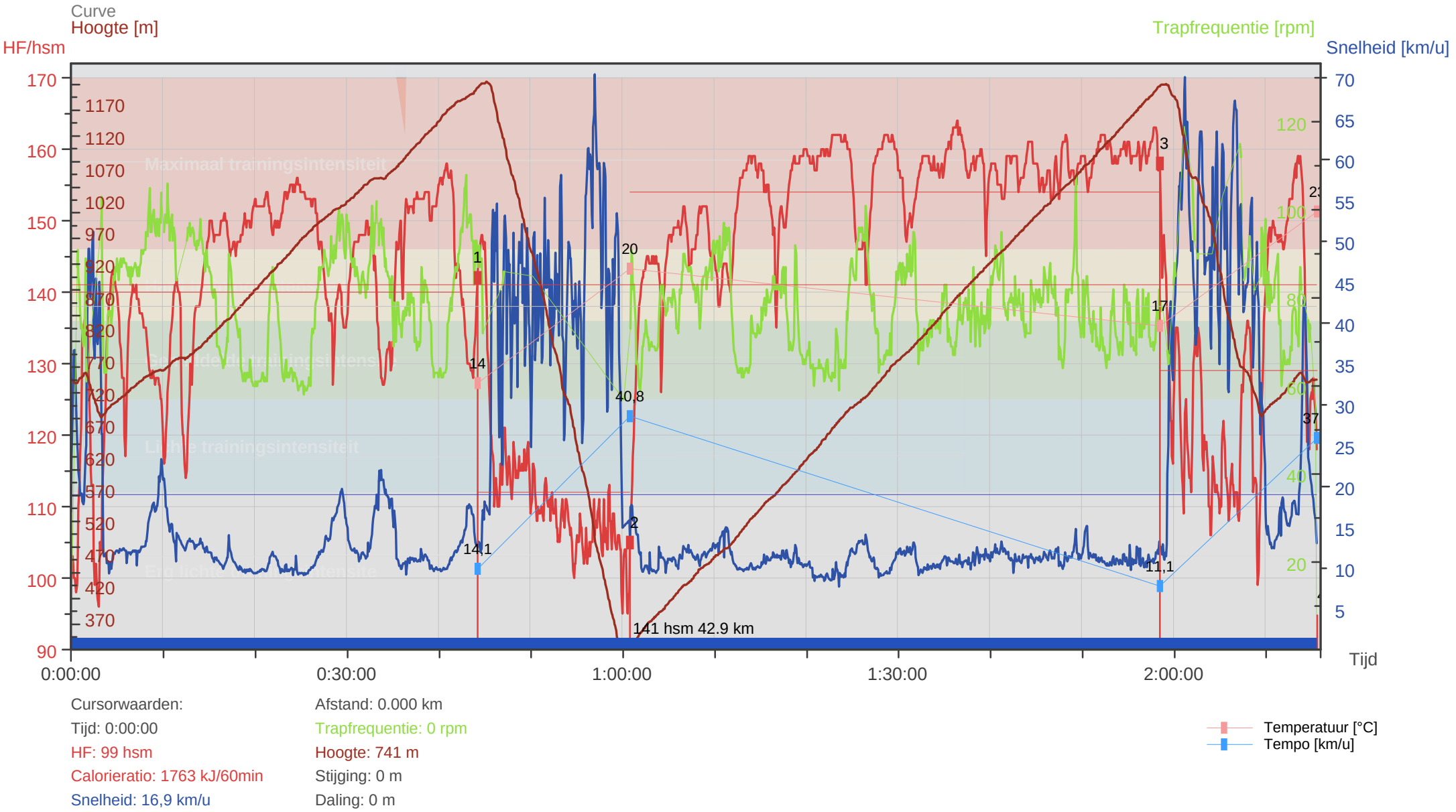

Persoon	Kees-Jan van Overbeeke	Datum	23-8-2009	Hartslag	141 / 164		
Training	BasicUse	Tijd	9:19:21	Snelheid	19,0 / 70,4		
Sport	Fietsen	Duur	2:15:35.0	Trapfrequentie	78 / 119		
		Afstand	42.9 km			Samenvatting	80 - 160
Opmerking	Alleen, Halve Stelvio training op Kandel, zwaar na slechte nacht, afdalen gaat wel steeds beter			Stijging	1480 (-1.7%)		
				Selectie	0:00:00 - 2:15:35 (2:15:35.0)		