

Trace: 20260402\_or\_reco\_barjols\_ponteves\_jeudi.gpx

Ces vitesses sont moyennes pour le = HKG

Fiabilité du Indice IBP index= C

**IBP = 46 HKG**

Distance totale	10.25 Km
Distance analysée	10.25 Km
Distance linéaire	0 Km

Dénivelée positive accumulée	398 m
Dénivelée négative accumulée	398 m
Altitude maximale	493 m
Altitude minimale	260 m
Pourcentage de montée	7.96 %
Pourcentage de descente	9.18 %
Dénivelée positive par km	38.83 m
Dénivelée négative par km	38.83 m

Temps total	3:27:44 h
Temps en mouvement	3:27:44 h
Temps de pause	0:00:00 h

Vitesse moyenne totale	2.96 Km/h
Vitesse moyenne en mouvement	2.96 Km/h
Vitesse maximale soutenue	3.14 Km/h

Filtre pente maximum	~55 %
Distance minimale analysée	~30 m
Nombre de points	387 (cad. 26.48 m)
Points significatifs	213 (cad. 48.33 m / 55.04 %)
Points aberrants	0 (0 % d. total)

Changement de direction par km	9.76
Changement de direction >5° par km	7.8
Sections rectilignes accumulées	0.629 Km
Tronçons en ligne droite par km	61.37 m
Changements de pente pénalisables	3
Changements de pente pénalisables par km	0.293

Trouvez les meilleurs itinéraires

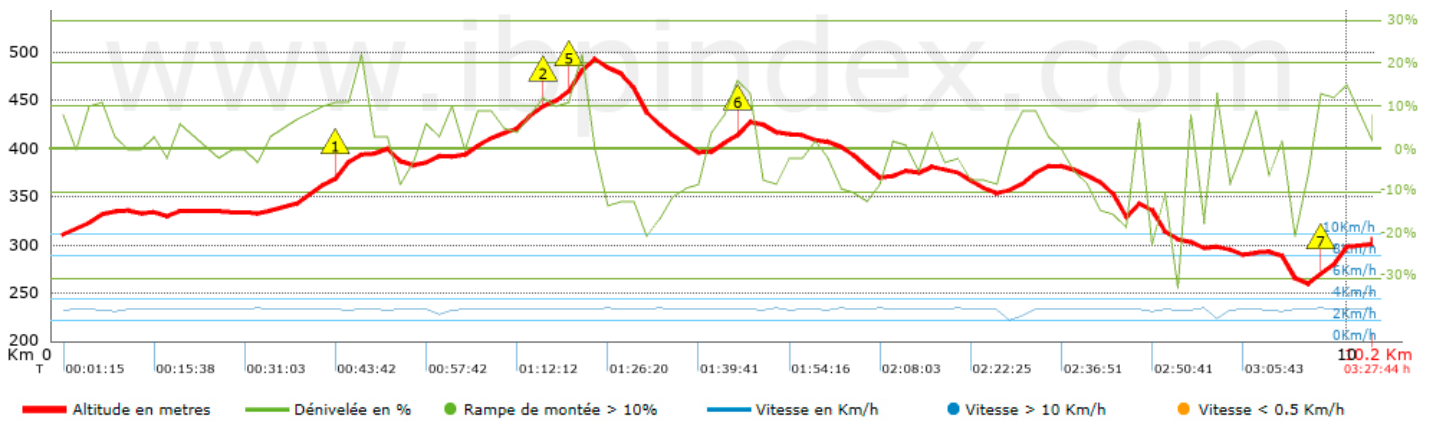


Résumé des dénivelées	Montées	Distance en km.	au total en %	Vitesse en	Temps h:m:s	
	Entre 30 et 55%	0	0	0	0:00:00	
	Entre 15 et 30%	0.398	3.88	3	0:07:58	
	Entre 10 et 15%	1	9.76	2.96	0:20:17	
	Entre 5 et 10%	1.949	19.02	2.94	0:39:44	
	Entre 1 et 5%	1.651	16.12	2.94	0:33:45	
	<b>Total :</b>	<b>4.999</b>	<b>48.78</b>	<b>2.95</b>	<b>1:41:44</b>	
	<b>Terrain plat</b>					
	Dénivelées de 1 %	0.912	8.9	2.97	0:18:24	
	<b>Descentes</b>					
	Entre 1 et 5%	1.226	11.97	3	0:24:32	
Entre 5 et 10%	1.459	14.23	2.96	0:29:33		
Entre 10 et 15%	0.82	8	3.01	0:16:22		
Entre 15 et 30%	0.79	7.71	2.91	0:16:18		
Entre 30 et 55%	0.041	0.4	2.89	0:00:51		
<b>Total :</b>	<b>4.336</b>	<b>42.32</b>	<b>2.97</b>	<b>1:27:36</b>		
<b>Total trace :</b>	<b>10.25</b>	<b>100 %</b>	<b>2.96</b>	<b>3:27:44</b>		







Trace: 20260402\_or\_reco\_barjols\_ponteves\_jeudi.gpx

Ces vitesses sont moyennes pour le = HKG

Fiabilité du Indice IBP index= C

**IBP = 46 HKG**


**Raidillons > 10%**

Raidillon	Point kilométrique	Pente moyenne	Distance
	2.107	12 %	264 m
	3.712	11 %	197 m
	3.909	11 %	45 m
	3.953	19 %	32 m
	3.985	25 %	110 m
	5.234	16 %	128 m
	9.73	11 %	180 m

## Paramètres de grandes altitudes, au-dessus de

Altitude	Distance m	% au total	Temps en mouvement	Vitesse	Temps de pause	Temps total	Vitesse
Total :	0 Km	--- %	--- h	--- Km/h	--- h	--- h	--- Km/h

## Pauses

Distance	Temps de pause	Altitude	Temps total écoulé	Temps à la pause précédente	Distance à la pause précédente
Total :	0:00:00 h				