

Track: Sant Martí de la Roca

Les velocitats d'aquest track són típiques de = HKG

Fiabilitat de l'índex IBP = C

IBP = 55 HKG

| | |
|----------------------|----------|
| Distància total | 10.29 Km |
| Distància analitzada | 10.29 Km |
| Distància lineal | 0 Km |

| | |
|---------------------------|---------|
| Desn. De pujada acumulat | 496 m |
| Desn. De baixada acumulat | 497 m |
| Altura màxima | 517.9 m |
| Altura mínima | 160.5 m |
| Ràtio de pujada | 11.45 % |
| Ràtio de baixada | 10.21 % |
| Desnivell positiu per km | 48.2 m |
| Desnivell negatiu per km | 48.3 m |

| | |
|-------------------|-----------|
| Temps total | 3:54:41 h |
| Temps en moviment | 2:57:04 h |
| Temps parat | 0:57:37 h |


| | |
|-------------------------------|-----------|
| Velocitat mitjana total | 2.63 Km/h |
| Velocitat mitjana en moviment | 3.49 Km/h |
| Velocitat màxima sostinguda | 5.68 Km/h |

| | |
|-----------------------------|-----------------------------|
| Filtre pendent màxim | ~55 % |
| Separació mínima analitzada | ~30 m |
| Nombre de punts | 904 (cad. 11.38 m) |
| Punts significatius | 290 (cad. 35.6 m / 32.08 %) |
| Punts aberrants | 3 (0.33 % d. total) |

| | |
|--|----------|
| Canvis direcció per km | 14.19 |
| Canvis direcció >5° per km | 11.66 |
| Trams rectes acumulats | 0.908 Km |
| Trams rectes per km | 88.24 m |
| Canvis de pendent penalitzables | 4 |
| Canvis de pendent penalitzables per km | 0.389 |

Troba les millors rutes



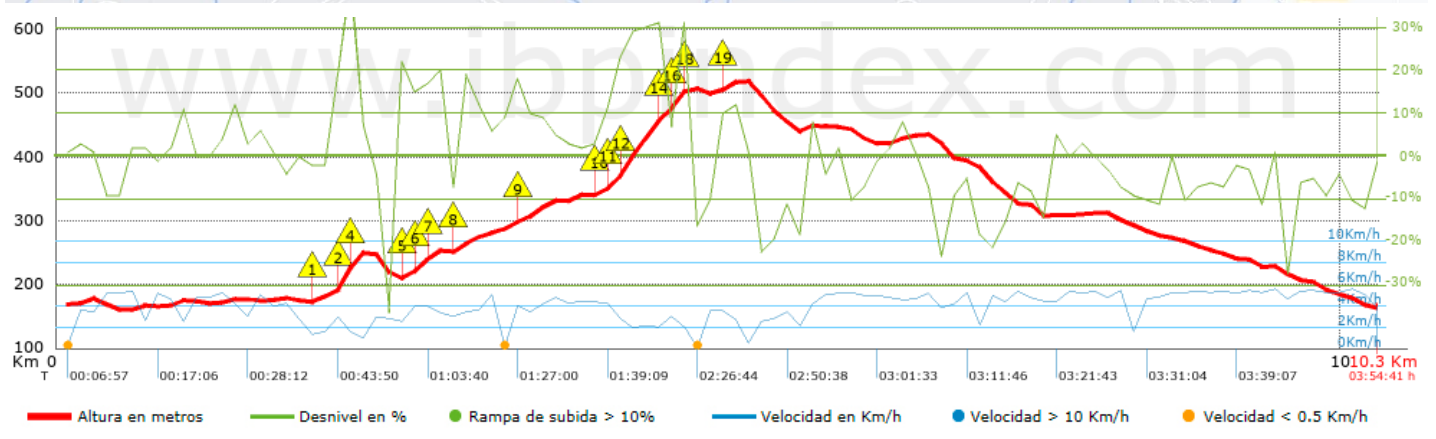
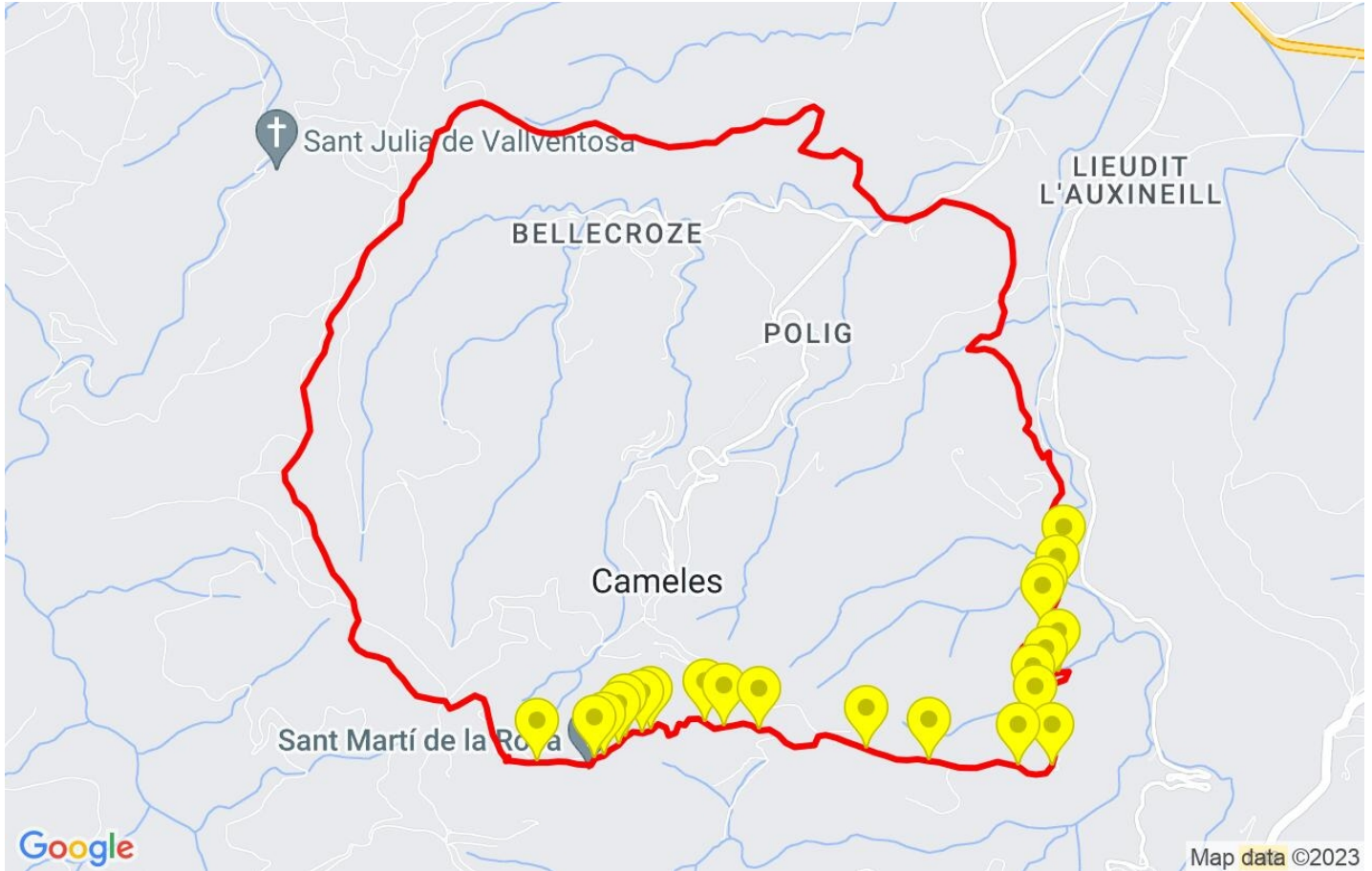
| Resum de desnivells | Pujades | Distància en Km | del total en % | Velocitat en | Temps h:m:s |
|--|---------------------------|-----------------|----------------|----------------|----------------|
|  | | 0.294 | 2.86 | 1.92 | 0:09:11 |
| | Entre el 15 i el 30% | 0.964 | 9.37 | 2.27 | 0:25:31 |
| | Entre el 10 i el 15% | 0.637 | 6.19 | 3.36 | 0:11:22 |
| | Entre el 5 i el 10% | 1.072 | 10.42 | 3.29 | 0:19:32 |
| | Entre l'1 i el 5% | 1.364 | 13.25 | 4.12 | 0:19:51 |
| | Total : | 4.331 | 42.09 | 3.04 | 1:25:27 |
| | Pla | | | | |
| | Desnivells de l'1% | 1.089 | 10.59 | 4.61 | 0:14:11 |
| | Baixades | | | | |
| | Entre l'1 i el 5% | 1.417 | 13.77 | 3.27 | 0:25:59 |
| Entre el 5 i el 10% | 1.652 | 16.05 | 4.38 | 0:22:37 | |
| Entre el 10 i el 15% | 0.772 | 7.5 | 4.43 | 0:10:27 | |
| Entre el 15 i el 30% | 0.86 | 8.36 | 3.51 | 0:14:43 | |
| | 0.168 | 1.63 | 2.75 | 0:03:40 | |
| Total : | 4.869 | 47.32 | 3.77 | 1:17:26 | |
| Total track : | 10.29 | 100 % | 3.49 | 2:57:04 | |




















Track: Sant Martí de la Roca

Les velocitats d'aquest track són típiques de = HKG

Fiabilitat de l'índex IBP = C

IBP = 55 HKG



| Empits > 10% | | | |
|--|-------|----------------|-----------|
| Empits | | Pendent promig | Distància |
|  | 1.987 | 11 % | 172 m |
|  | 2.16 | 36 % | 97 m |
|  | 2.257 | 39 % | 31 m |
|  | 2.288 | 24 % | 39 m |
|  | 2.624 | 13 % | 146 m |
|  | 2.77 | 16 % | 75 m |
|  | 2.845 | 14 % | 72 m |
|  | 3.086 | 13 % | 138 m |
|  | 3.547 | 14 % | 219 m |
|  | 4.183 | 11 % | 130 m |
|  | 4.313 | 22 % | 68 m |
|  | 4.381 | 29 % | 295 m |
|  | 4.676 | 32 % | 31 m |
|  | 4.707 | 15 % | 66 m |
|  | 4.774 | 19 % | 34 m |
|  | 4.808 | 28 % | 67 m |
|  | 4.874 | 20 % | 32 m |
|  | 4.906 | 16 % | 31 m |
|  | 5.152 | 12 % | 101 m |

Paràmetres a gran alçada, dades per sobre de

| Alçada | Distància m | % del total | Temps en moviment | Velocitat | Temps parat | Temps total | Velocitat |
|----------------|-------------|--------------|-------------------|-----------------|--------------|--------------|-----------------|
| Total : | 0 Km | --- % | --- h | --- Km/h | --- h | --- h | --- Km/h |

Aturades

| Distància | Temps parat | Alçada | Temps de de la sortida | Temps des d'aturada anterior | Distància a aturada anterior |
|----------------|------------------|--------|------------------------|------------------------------|------------------------------|
| 3.369 | 0:12:48 > 10´ | 281 | 1:11:48 | 1:11:48 | 3.369 |
| 4.937 | 0:28:42 > 10´ | 513 | 1:58:02 | 0:46:14 | 1.568 |
| 5.253 | 0:04:59 | 517 | 2:32:24 | 0:34:22 | 0.316 |
| 5.324 | 0:03:52 | 518 | 2:38:56 | 0:06:32 < 10´ | 0.07 |
| 10.287 | 0:01:10 | 168 | 3:53:31 | 1:14:35 | 4.963 |
| Total : | 0:57:37 h | | | | |