

Track: mediterrania\_02.gpx

Track: mediterrania\_02.gpx

Modalidad detectada = HKG

Fiabilidad del índice IBP = C

**IBP = 63 HKG**

Distancia total	13.427 Km	Filtro pendiente máxima	~55 %
Distancia analizada	13.427 Km	Separación mínima analizada	~30 m
Distancia lineal	6.286 Km	Número de puntos	226 (cad. 59.41 m)
		Puntos significativos	199 (cad. 67.81 m / 88.05 %)
		Puntos aberrantes	0 (0 % d. total)
Desn. de subida acumulado	616.7 m		
Desn. de bajada acumulado	615.93 m		
Altura máxima	207.66 m	Cambios dirección por	8.71
Altura mínima	-1.4 m	Cambios dirección > 5º por	8.71
Ratio de subida	8.25 %	Tramos rectos acumulados	0.09 Km
Ratio de bajada	10.72 %	Tramos rectos por	6.7 m
Desnivel positivo por	45.93 m	Cambios de pendiente penalizables	6
Desnivel negativo por	45.87 m	Cambios de pendiente penalizables por	0.447

Tiempo total	6:17:58 h
Tiempo en movimiento	4:18:27 h
Tiempo parado	1:59:31 h

Velocidad media total	2.13 Km/h
Velocidad media en movimiento	3.12 Km/h
Velocidad máxima sostenida	6 Km/h

Resumen de desniveles	Subidas	Distancia en km	del total en %	Velocidad en	Tiempo h:m:s
	Entre el 30 y el 55%	0	0	0	0:00:00
	Entre el 15 y el 30%	0.982	7.32	2.84	0:20:46
	Entre el 10 y el 15%	1.067	7.95	2.95	0:21:44
	Entre el 5 y el 10%	3.355	24.99	3.6	0:55:55
	Entre el 1 y el 5%	2.072	15.43	3.89	0:31:58
	<b>Total :</b>	<b>7.477</b>	<b>55.68</b>	<b>3.44</b>	<b>2:10:23</b>
<b>Llano</b>					
Desniveles del 1%	0.205	1.53	2.27	0:05:25	
<b>Bajadas</b>					
Entre el 1 y el 5%	1.245	9.28	2.86	0:26:08	
Entre el 5 y el 10%	1.807	13.46	3.23	0:33:33	

Entre el 10 y el 15%	1.435	10.69	2.4	0:35:55
Entre el 15 y el 30%	1.258	9.37	2.79	0:27:03
Entre el 30 y el 55%	0	0	0	0:00:00
<b>Total :</b>	<b>5.745</b>	<b>42.79</b>	<b>2.81</b>	<b>2:02:39</b>
<b>Total track : 13.427      100 %      3.12      4:18:27</b>				

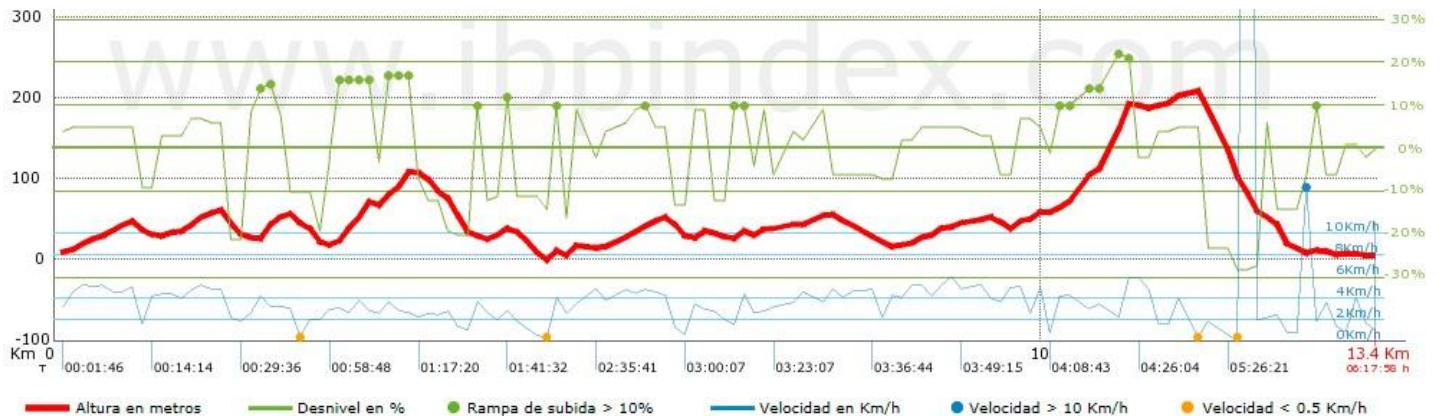
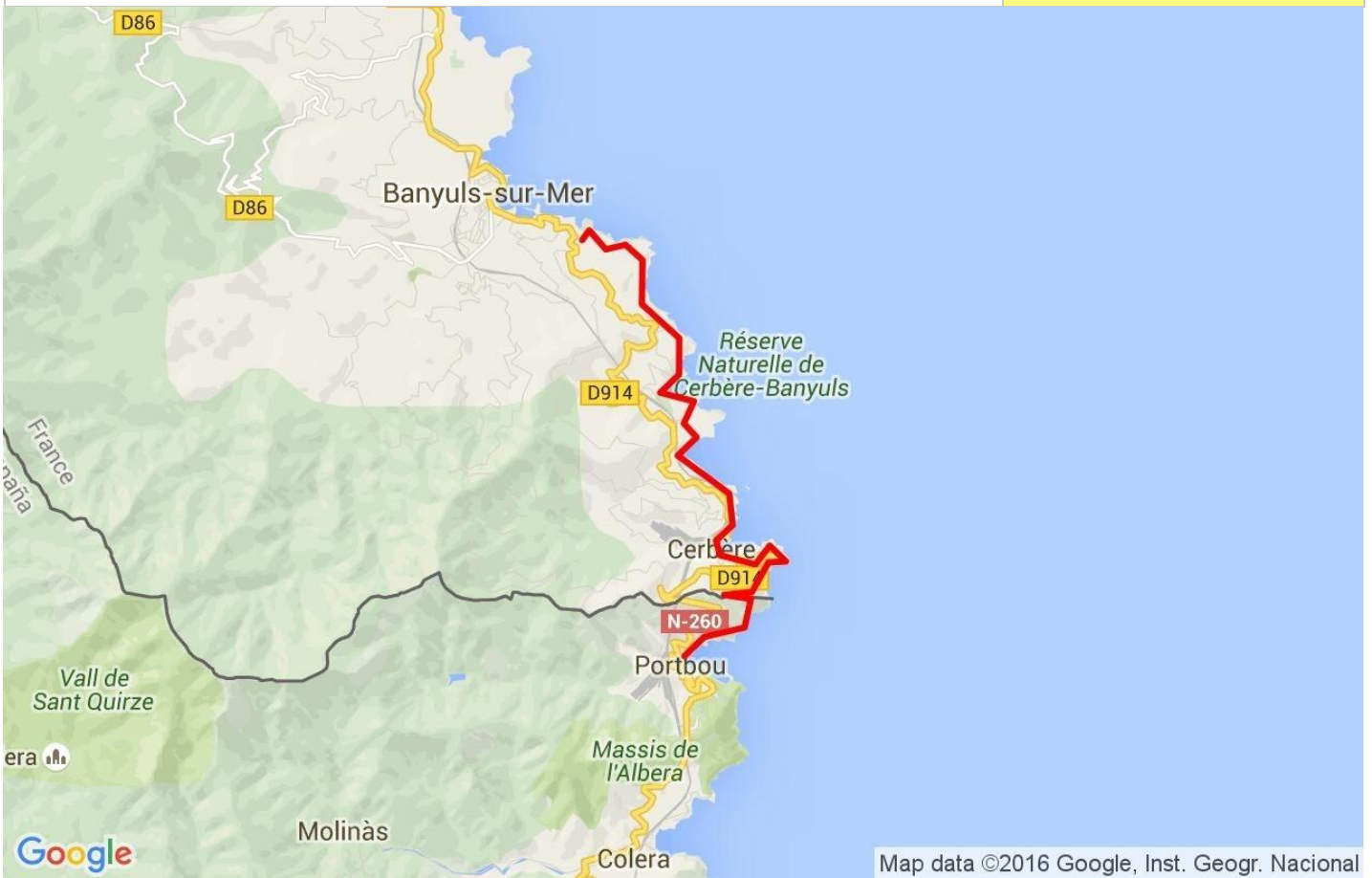
Track: mediterrania\_02.gpx Fecha: 23/03/2016

Track: mediterrania\_02.gpx

Modalidad detectada = HKG

Fiabilidad del índice IBP = C

IBP = 63 HKG



Paràmetres a gran altura, dades per encima de

Altura	Distancia m	% del total	Tiempo en movimiento	Velocidad	Tiempo parado	Tiempo total	Velocidad
Total :	0 Km	--- %	--- h	--- Km/h	--- h	--- h	--- Km/h

Paradas

Distancia	Tiempo parado	Altura	Tiempo desde la salida	Tiempo desde parada anterior	Distancia a parada anterior
2.37	0:08:29	56	0:40:16	0:40:16	2.37
4.838	0:38:04 > 10´	17	1:49:34	1:09:18	2.468
6.254	0:10:05 > 10´	43	2:50:02	1:00:28	1.416

10.021	0:07:44	58	4:00:59	1:10:57	3.767
11.447	0:21:59 > 10´	202	4:36:24	0:35:25	1.426
11.669	0:24:46 > 10´	185	5:01:35	0:25:11	0.221
12.514	0:03:17	20	5:42:43	0:41:08	0.845
12.951	0:05:07	6	5:57:58	0:15:15	0.438
<b>Total :</b>	<b>1:59:31 h</b>				

Escala comparativa de valors IBP

	Nivell de preparació física					Dificultat de la ruta
	Molt baixa	Baixa	Mitjana	Alta	Molt alta	
<b>ibp</b>	0 - 6	0 - 13	0 - 25	0 - 50	0 - 100	Molt fàcil
<b>ibp</b>	7 - 13	14 - 25	26 - 50	51 - 100	101 - 200	Fàcil
<b>ibp</b>	14 - 19	26 - 38	51 - 75	101 - 150	201 - 300	Mitjana
<b>ibp</b>	20 - 25	39 - 50	76 - 100	151 - 200	301 - 400	Difícil
<b>ibp</b>	> 25	> 50	> 100	> 200	> 400	Molt difícil