

第一周课外自主锻炼



华为运动健康



室内跑步

2.59公里

風夙

2020年5月11日 21:59

最慢: 7'19"

最快: 7'05"



运动时间

00:18:28



热量

155千卡



平均配速

7'09"/公里



平均速度

8.39公里/小时



平均步频

147步/分钟



平均步幅

95厘米



步数

2,729步

步频 (步/分钟)

平均步频

147

步频 (步/分钟)

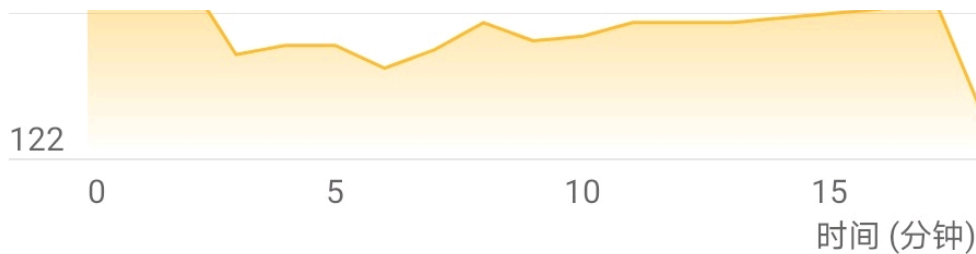
186

最大步频

179

154





配速 (/公里)

平均配速

7'09"

最快配速

7'05"

公里 配速 (/公里)

1

7'19"

2

7'05"

不足 1 公里 用时 4'04"

长按或扫码下载应用
华为运动健康





华为运动健康



室内跑步

2.55公里

風夙

2020年5月13日 18:17

最慢: 6'50"

最快: 6'40"



运动时间

00:17:13



热量

152千卡



平均配速

6'46"/公里



平均速度

8.87公里/小时



平均步频

155步/分钟



平均步幅

95厘米



步数

2,679步

步频 (步/分钟)

平均步频

155

最大步频

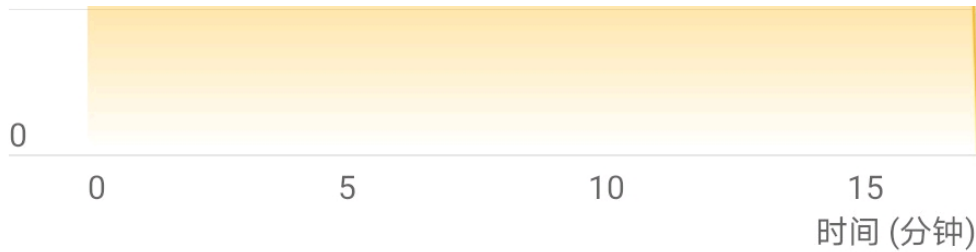
161

步频 (步/分钟)

168

84





配速 (/公里)

平均配速

6'46"

最快配速

6'40"

公里 配速 (/公里)

1

6'50"

2

6'40"

不足 1 公里 用时 3'43"

长按或扫码下载应用
华为运动健康

