



Conversion d'Unités

Ergs Concept 2 (RowErg, SkiErg, BikeErg)

Retrouve les correspondances entre les différentes puissances, splits & cal/h sur les Ergs Concept 2

Puissance (watts)	Split (m/500m)	Calories (cal/h)
20	04:20	363
30	03:47	398
40	03:26	432
50	03:11	467
60	03:00	502
70	02:51	536
80	02:44	571
90	02:37	605
100	02:32	640
110	02:27	675
120	02:23	709
130	02:19	744
140	02:16	778
150	02:13	813
160	02:10	848
170	02:07	882
180	02:05	917
190	02:03	951
200	02:01	986
210	01:59	1021
220	01:57	1055
230	01:55	1090
240	01:53	1124
250	01:52	1159

Puissance (watts)	Split (m/500m)	Calories (cal/h)
260	01:50	1194
270	01:49	1228
280	01:48	1263
290	01:46	1297
300	01:45	1332
310	01:44	1367
320	01:43	1401
330	01:42	1436
340	01:41	1470
350	01:40	1505
360	01:39	1540
370	01:38	1574
380	01:37	1609
390	01:36	1643
400	01:36	1678
410	01:35	1713
420	01:34	1747
430	01:33	1782
440	01:33	1816
450	01:32	1851
460	01:31	1886
470	01:31	1920
480	01:30	1955
490	01:29	1989

Puissance (watts)	Split (m/500m)	Calories (cal/h)
500	01:29	2024
525	01:27	2111
550	01:26	2197
575	01:25	2284
600	01:24	2370
625	01:22	2457
650	01:21	2543
675	01:20	2630
700	01:19	2716
725	01:18	2803
750	01:18	2889
775	01:17	2976
800	01:16	3062
825	01:15	3149
850	01:14	3235
875	01:14	3322
900	01:13	3408
1000	01:10	3754
1100	01:08	4100
1200	01:06	4446
1300	01:05	4792
1400	01:03	5138
1500	01:02	5484
1600	01:00	5830