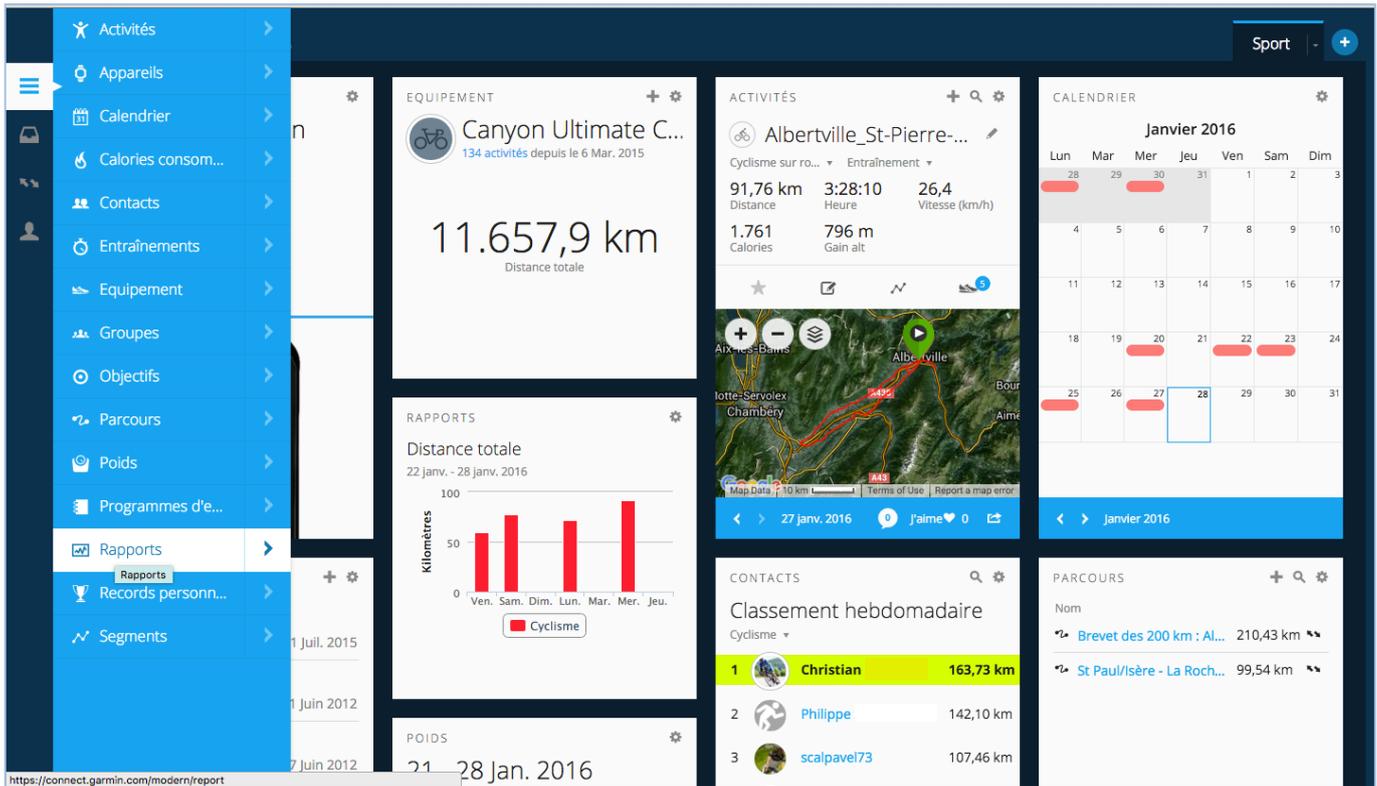
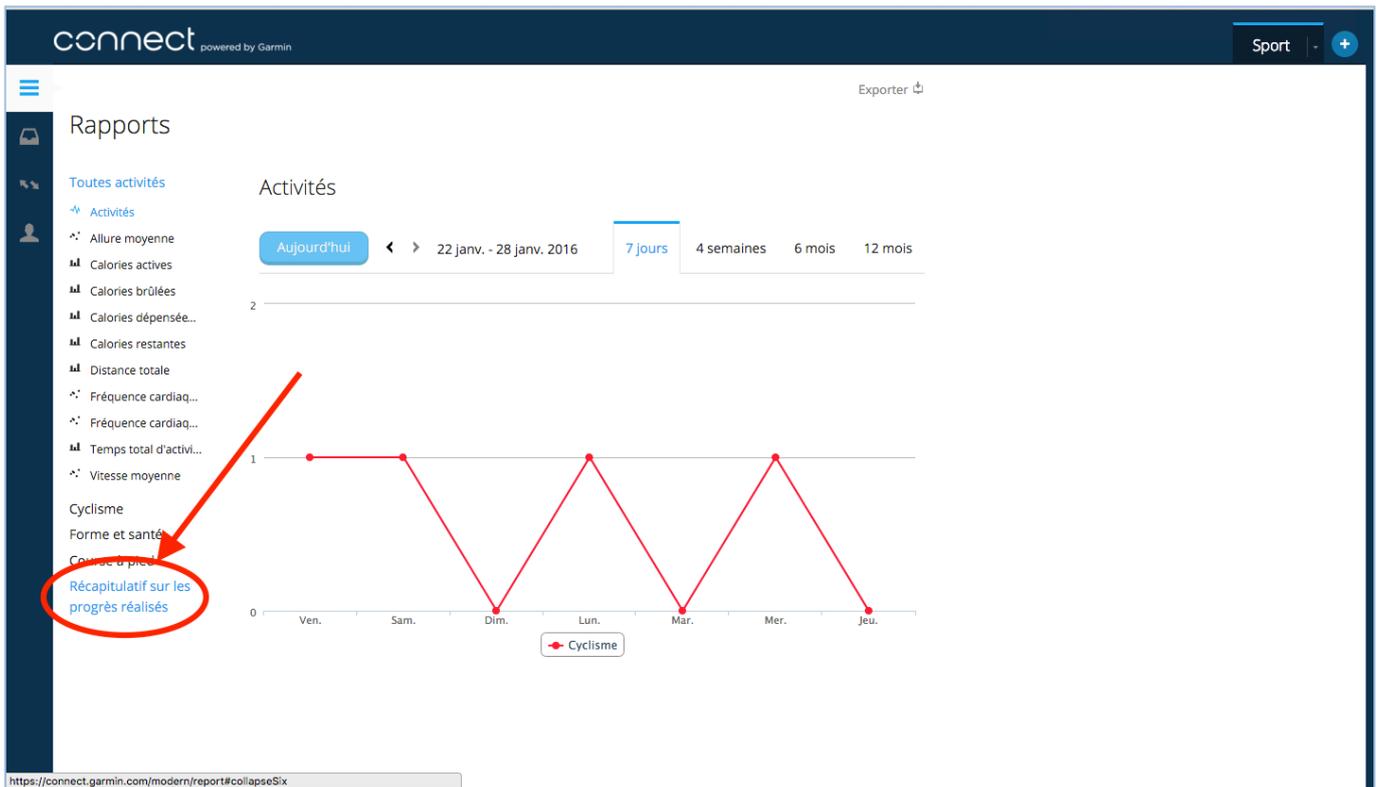


Comment retrouver le suivi du dénivelé au cours de la saison

1) Sur la page d'accueil de Garmin Connect, cliquez sur l'icône avec les 3 barres puis sur « Rapports »



2) Cliquez sur « Récapitulatif sur les progrès réalisés » en bas de la colonne à gauche



3) Sur la page « Récapitulatif sur les progrès réalisés », vous voyez, en principe, le « Rapport sur les 30 derniers jours pour « Tout type d'activité »

Compteur:	6 Activités
Distance:	431,26 km
Temps:	16:58:35 h:m:s
Gain d'altitude:	4.465 m
Vitesse moy.:	25,4 km/h
FC moy.:	136 bpm
Cadence de course moy.:	--
Cadence de vélo moy.:	74 tr/min
Calories:	8.464 C
Gain d'altitude moy.:	744 m
Distance moy.:	71,88 km
Distance médiane:	68,64 km
Distance max.:	91,76 km
Temps moy.:	2:49:46 h:m:s

4) Cliquez sur les flèches (cerclees en rouge) pour afficher la liste des choix de dates. Sélectionnez puis cliquez sur « Année en cours ».

Compteur:	6 Activités
Distance:	431,26 km
Temps:	16:58:35 h:m:s
Gain d'altitude:	4.465 m
Vitesse moy.:	25,4 km/h
FC moy.:	136 bpm
Cadence de course moy.:	--
Cadence de vélo moy.:	74 tr/min
Calories:	8.464 C
Gain d'altitude moy.:	744 m
Distance moy.:	71,88 km

5) Vous voyez sur cette page « Année en cours » tout le récapitulatif de l'année en fonction des champs qui ont été sélectionnés, notamment le « Gain d'altitude ». Vous pourriez également modifier le type d'activité à droite pour voir par exemple le VTT.

connect powered by Garmin Sport +

Récapitulatif sur les progrès réalisés

Exporteur au format CSV Vue imprimable

Rapport sur Année en cours pour Tout type d'activité Personnaliser

Compteur:	5 Activités
Distance:	365,95 km
Temps:	14:24:59 h:m:s
Gain d'altitude:	3.973 m
Vitesse moy.:	25,4 km/h
FC moy.:	137 bpm
Cadence de course moy.:	--
Cadence de vélo moy.:	74 tr/min
Calories:	7.381 C
Gain d'altitude moy.:	795 m
Distance moy.:	73,19 km
Distance médiane:	71,97 km
Distance max.:	91,76 km
Temps moy.:	2:53:00 h:m:s
Temps médian:	2:49:01 h:m:s

6) Vous pouvez personnaliser la page en ajoutant ou supprimant des champs en cliquant sur la roue dentée devant « Personnaliser ».

Très intéressant également, cliquez sur la flèche à droite de « Récapitulatif sur les progrès réalisés »

connect powered by Garmin Sport +

Rapports Afficher la manière dont les statistiques sont cumulées

Récapitulatif sur les progrès réalisés

Exporteur au format CSV Vue imprimable

Rapport sur Année en cours pour Tout type d'activité Personnaliser

Champs disponibles

- Distance médiane
- Distance max.
- Temps moy.
- Temps médian
- Temps max.
- Gain d'altitude médian
- Gain d'altitude max.
- Perte d'altitude
- Perte d'altitude moy.
- Perte d'altitude médiane

Tout ajouter
Ajouter
Supprimer
Tout supprimer

Champs sélectionnés

- Compteur
- Distance
- Temps
- Gain d'altitude
- Vitesse moy.
- FC moy.
- Cadence de course moy.
- Cadence de vélo moy.
- Calories
- Gain d'altitude moy.

Premier
Haut
Bas
Dernier

Annuler Enregistrer

7) Sur la liste des choix, cliquez sur « mois »

connect powered by Garmin Sport

Rapports

Afficher la manière dont les statistiques sont cumulées

Davantage de rapports : Récapitulatif

Regrouper par

- Semaine
- Mois**
- Année

Distribution

- Activité
- Événement

Compteur: 5 Activités

Distance: 365,95 km

Temps: 14:24:59 h:m:s

Gain d'altitude: 3.973 m

Vitesse moy.: 25,4 km/h

FC moy.: 137 bpm

Cadence de course moy.: --

Cadence de vélo moy.: 74 tr/min

Calories: 7.381 C

Gain d'altitude moy.: 795 m

Distance moy.: 73,19 km

Distance médiane: 71,97 km

Distance max.: 91,76 km

Temps moy.: 2:53:00 h:m:s

<https://connect.garmin.com/minireports?cid=738446#>

8) Ensuite cliquez sur les flèches et sélectionnez « Année dernière ».

connect powered by Garmin Sport

Rapports

Afficher la manière dont les statistiques sont cumulées

Regrouper par

Année en cours

Année dernière

Autres personnalisées

Rapport sur la période en cours pour Cyclisme sur route

Période	Compteur	Distance	Temps	Gain d'altitude	Vitesse moy.	FC moy.	Cadence de vélo moy.	Calories	Gain d'altitude médian
janv. 2018	5	365,95	14:24:59	3.973	25,4	137	74	7.381	796
Récapitulatif	5	365,95	14:24:59	3.973	25,4	137	74	7.381	796

9) Vous pourrez voir toute l'année, détaillée mois par mois avec le récapitulatif au bas. Il est possible de trier les valeurs de chaque colonne (ordre croissant ou décroissant) en cliquant sur les flèches haut/bas. Vous pouvez aussi, comme précédemment, personnaliser les champs en cliquant sur la roue dentée.

connect powered by Garmin Sport +

Rapports Afficher la manière dont les statistiques sont cumulées

Regrouper par mois Exporter au format CSV Vue imprimable

Rapport sur Année dernière pour Cyclisme sur route Personnaliser

Période	Compteur	Distance	Temps	Gain d'altitude	Vitesse moy.	FC moy.	Cadence de vélo moy.	Calories	Gain d'altitude médian
déc. 2015	12	850,43	32:11:55	9.679	26,4	142	75	18.446	861
nov. 2015	8	804,63	29:30:46	7.251	27,3	139	76	16.135	872
oct. 2015	17	1.333,74	49:20:14	12.750	27,0	135	77	27.423	861
sept. 2015	14	1.346,83	50:13:56	15.145	26,8	139	75	26.773	1.176
août 2015	10	957,42	36:19:50	10.879	26,4	138	73	18.301	1.297
juil. 2015	14	1.210,80	49:50:58	18.210	24,3	135	70	20.017	1.104
juin 2015	18	1.328,43	55:26:29	22.102	24,0	136	69	22.427	777
mai 2015	14	1.512,92	59:35:19	18.757	25,4	135	72	23.437	1.164
avr. 2015	15	1.416,29	55:08:35	16.517	25,7	131	73	21.304	1.234
mars 2015	19	1.592,48	59:59:38	13.532	26,5	135	74	20.666	733
févr. 2015	12	989,89	37:42:07	8.973	26,3	137	74	3	756
janv. 2015	10	730,94	28:34:53	6.563	25,6	118	74	25.342	620
Récapitulatif	163	14.074,81	543:54:39	160.358	25,9	136	73	240.463	863