

SPORTSTAF – 23/06/2010

Deelname UZA aan Mt Ventoux

+

Casus: E-verbruik tijdens de beklimming

Johan Roeykens

## Achtergrondinfo

- 2010: 6<sup>de</sup> editie SPORTA Mt Ventoux  
n = 1875 ingeschreven

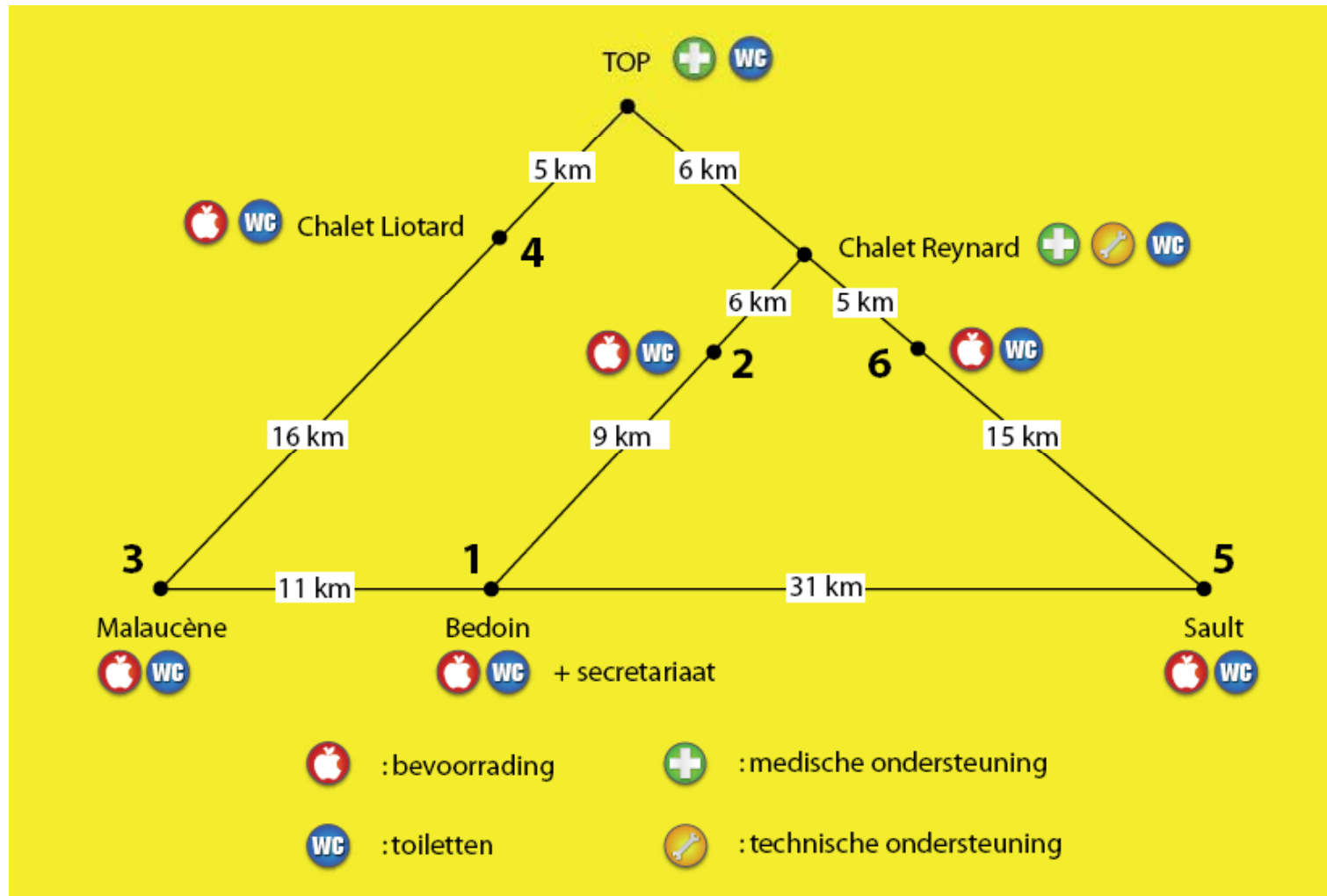
84% Mannen – LFT : 44,4 j

16% Vrouwen – LFT : 42,9 j

- Afstand UZA – Mt Ventoux : 1000 km

### 3 Startplaatsen





## Hoogteprofielen

beklimming	km	gem.	piek	verschil
Bedoin	21,5	7,5%	11%	1617m
Malaucène	21,2	7,4%	10,5%	1582m
Sault	25,9	4,4%	11%	1147m
Totaal	68,6			

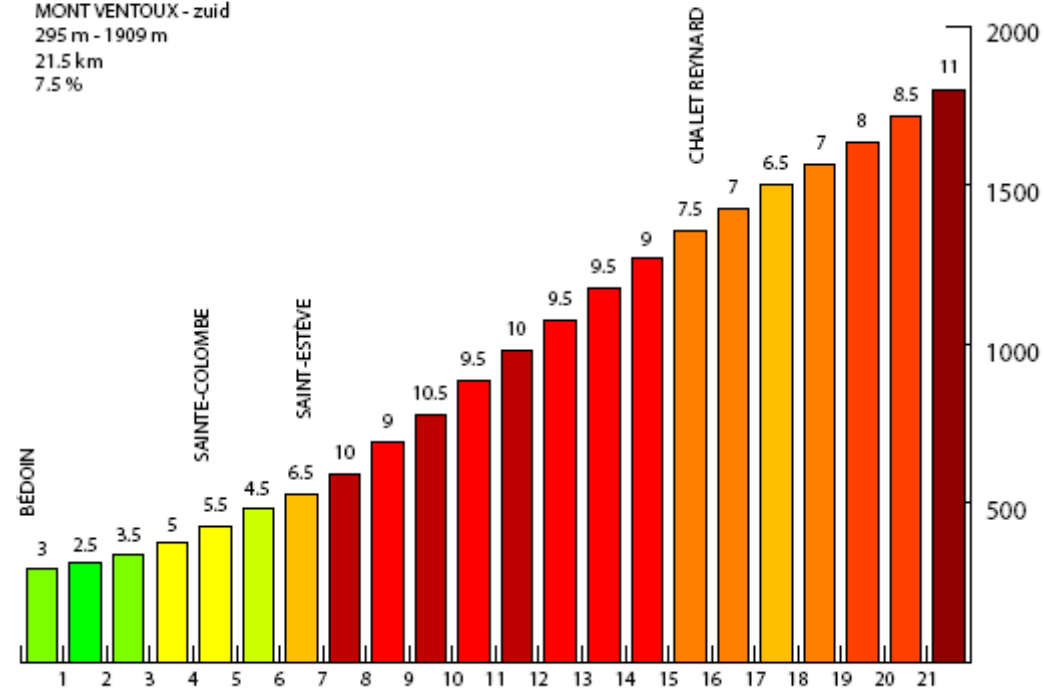
Totaal aantal km 137,5

*Bron: [www.dekaleberg.nl](http://www.dekaleberg.nl), [cyclingcols.com](http://cyclingcols.com)*

# Hoogteprofiel 1

## Bedoin

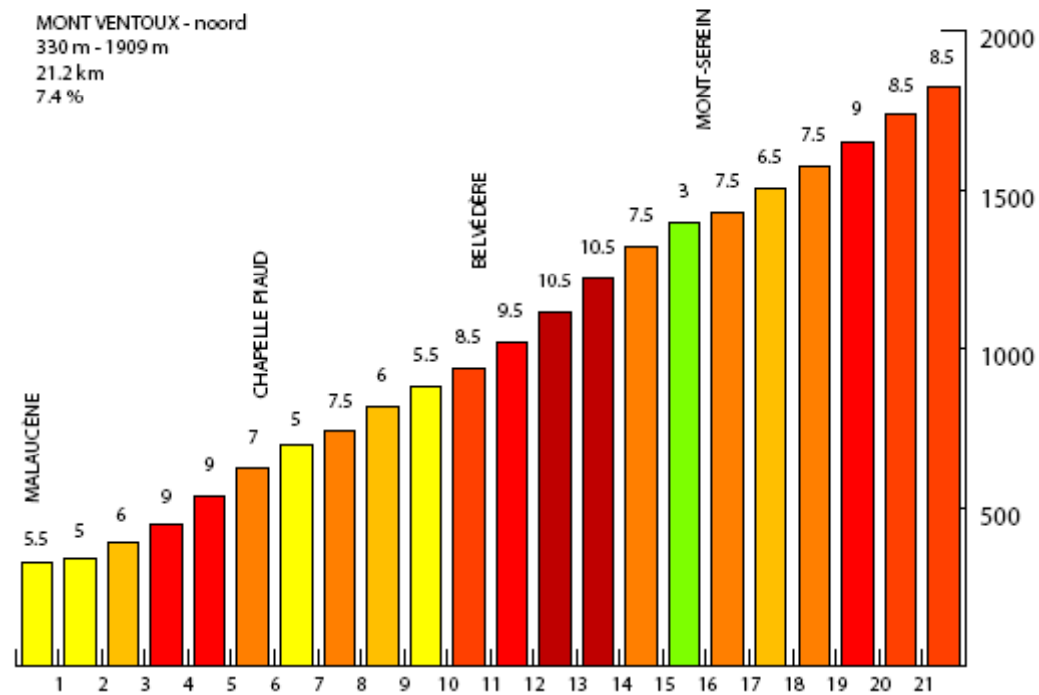
MONT VENTOUX - zuid  
295 m - 1909 m  
21.5 km  
7.5 %



# Hoogteprofiel 2

## Malaucène

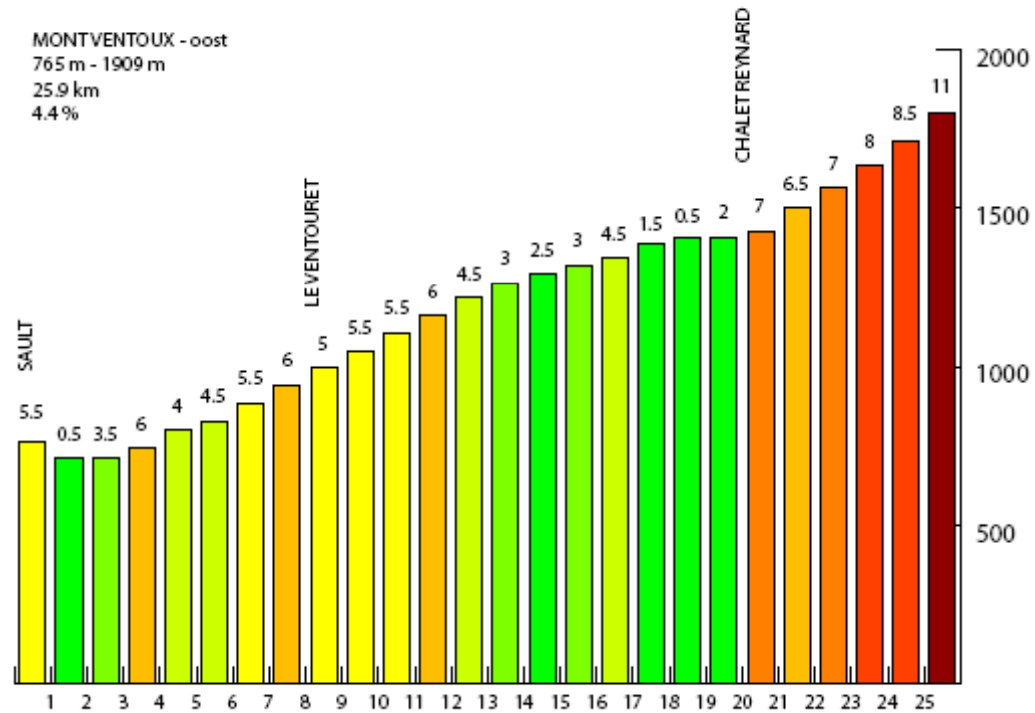
MONT VENTOUX - noord  
330 m - 1909 m  
21.2 km  
7.4 %



# Hoogteprofiel 3

## Sault

MONTVENTOUX -oost  
765 m - 1909 m  
25.9 km  
4.4%



# Evenement

- Gedurende 12 u tijdsregistratie (7u30 – 19u30)
- Onderbreking van 4 u –  
Verbod om naar de top te fietsen (10u – 14u)  
wegens rukwinden ( $\pm 80$  km/u)
- CAVE : onderkoeling !!

# Resultaten ALGEMEEN

Beide geslachten uit uit alle provincies van alle leeftijden

Startplaats statistieken	
Gemiddelde duur van een klim	
Vanuit alle startplaatsen	02:33:15
Vanuit Bedoin	02:31:49
Vanuit Sault	02:41:22
Vanuit Malaucène	02:23:51
Aantal volledige beklimmingen	
Vanuit alle startplaatsen	1014
Vanuit Bedoin	474
Vanuit Sault	329
Vanuit Malaucène	211
Aantal uren beklommen	
Vanuit alle startplaatsen	2590:09:06
Vanuit Bedoin	1199:21:59
Vanuit Sault	884:54:03
Vanuit Malaucène	505:53:04

Deelnemers statistieken	
Snelste deelnemer	
Vanuit alle startplaatsen	01:13:48 ( <u>Beckers Ronald</u> )
Vanuit Bedoin	01:13:48 ( <u>Beckers Ronald</u> )
Vanuit Sault	01:19:04 ( <u>Dauwen Pieter</u> )
Vanuit Malaucène	01:28:33 ( <u>Veris Wim</u> )
Traagste deelnemer	
Vanuit alle startplaatsen	10:38:25
Vanuit Bedoin	10:38:25
Vanuit Sault	07:18:30
Vanuit Malaucène	07:36:46

2009: 3078 beklimmingen !!

## Resultaten BV's

Prominenten	n	Vertrek	Tijd
Annemie Struyf	/		
Saartje Vandendriessche	/		
Philippe Muyters	/	Sault	
Ben Rottiers	1	Bedoin	5u30
Ludo Dierckxens	/		
Stan Van Samang	/		
Karel Van Eetvelt	1	Bedoin	2u05
Toon Claes	1	Sault	1u26
Tom Dehaene	2	Malaucène	2u26
Walter Cremers	1	Bedoin	2u39
Gaston Riebbels	1	Bedoin	3u01

## Resultaten UZA

- 27 fiets(t)ers ( 4 ♀ - 23 ♂)  
Medisch gekeurd (90% op SPORTS)
- 18 /27 bereiken de top (95% via Sault)  
9 werden tegengehouden aan Chalet Reynard
- Snelste tijd : 1u35  
Traagste : 3u44







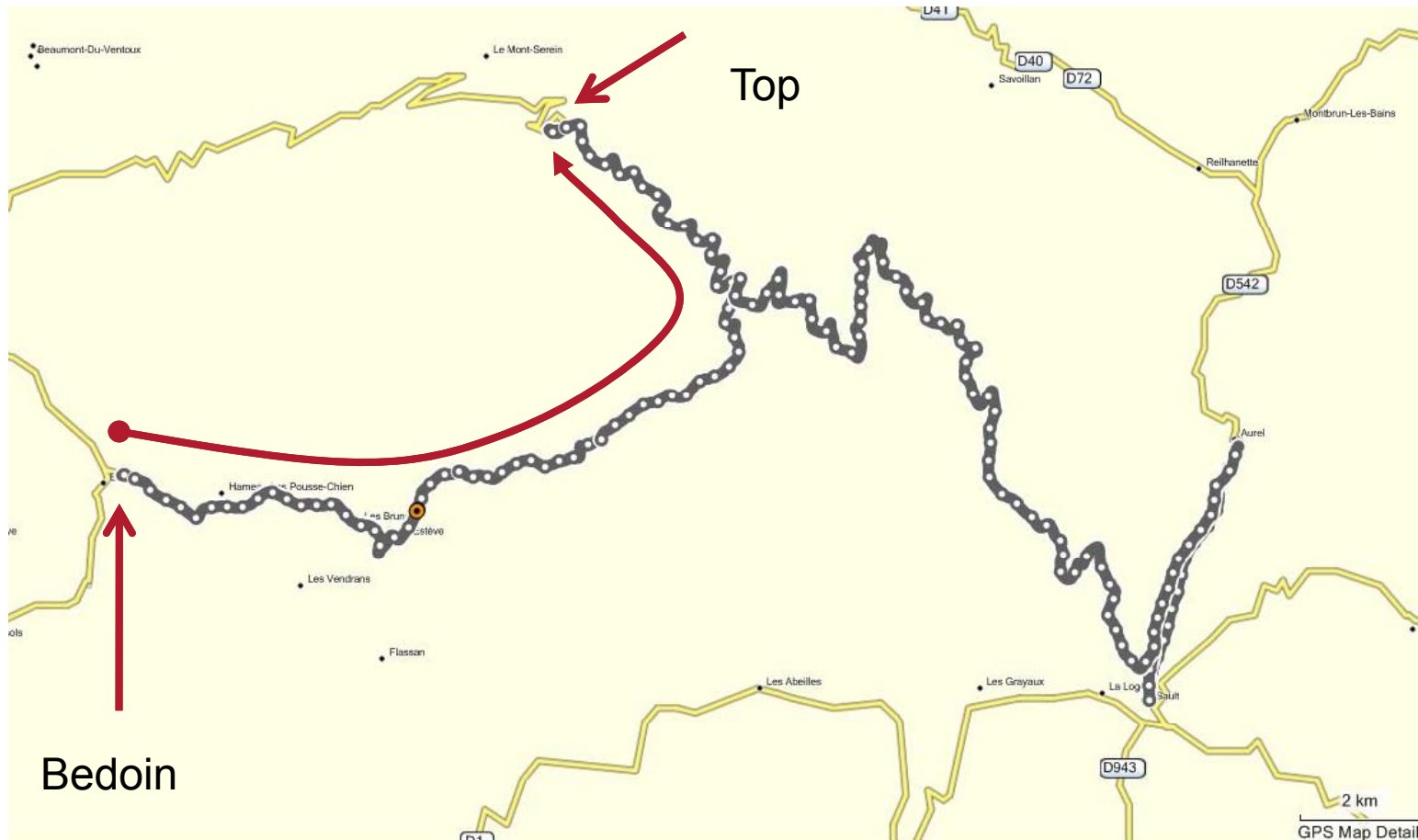






# Energieverbruik

Klimtijd : 2u55



## Hoogteprofielen

beklimming	km	gem.	piek	verschil
Bedoin	21,5	7,5%	11%	1617m
Malaucène	21,2	7,4%	10,5%	1582m
Sault	25,9	4,4%	11%	1147m
Totaal	68,6			
Totaal aantal km				137,5

*Bron: [www.dekaleberg.nl](http://www.dekaleberg.nl), [cyclingcols.com](http://cyclingcols.com)*

# Sensewear

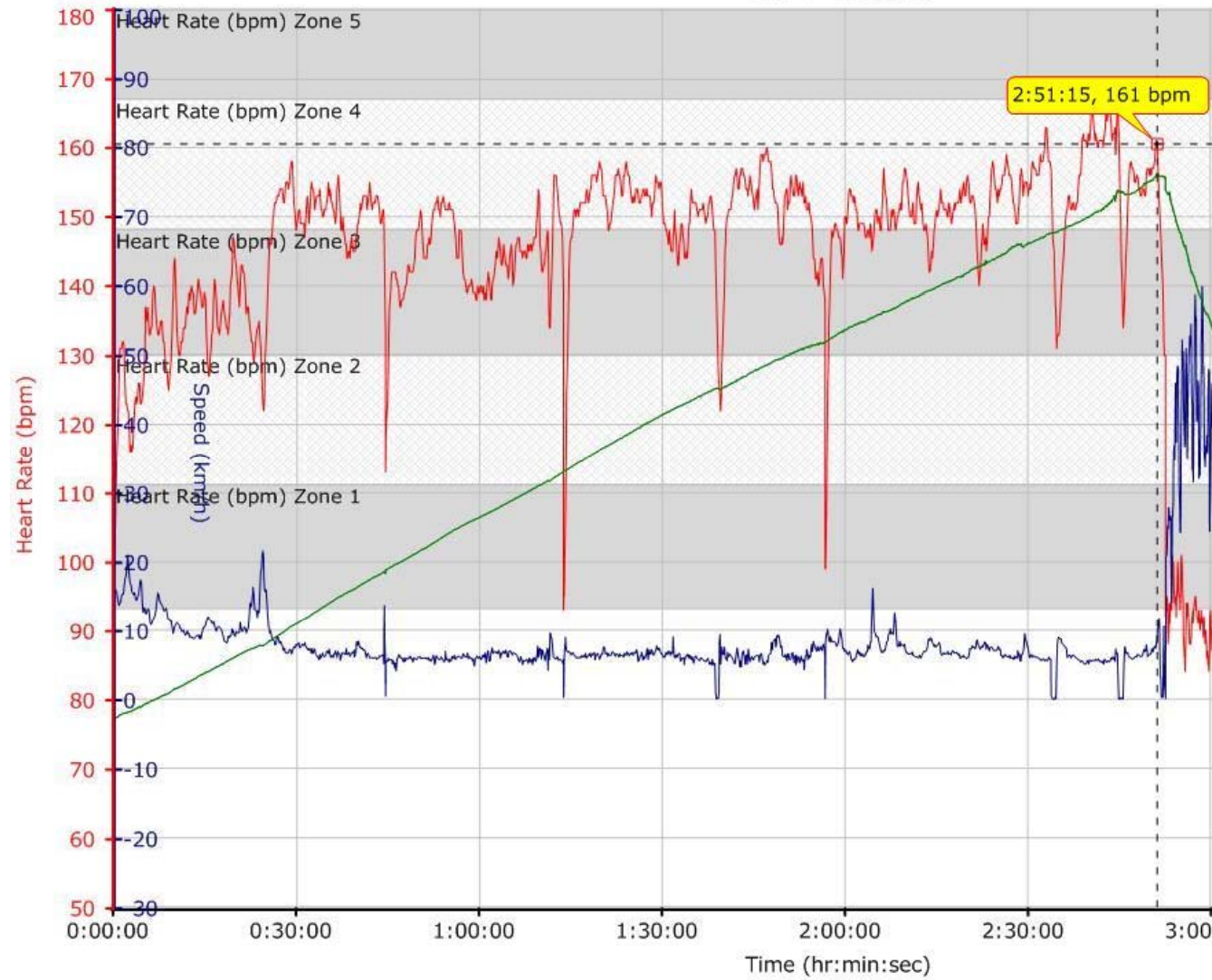
Lifestyle Indicators	Health Indicators
<b>Total Energy Expenditure</b> 1920 calories	includes off-body estimate of 0 cal
<b>Number of Steps</b> 1835 steps	
<b>Lying Down</b> Not detected	
<b>Sleep</b> Not detected	
	<b>Average METs</b> 6.1
	<b>Active Energy Expenditure (3.0 METs)*</b> 1871 calories
	<b>Physical Activity Duration (3.0 METs)*</b> 2 hrs 55 min

\*Active Energy Expenditure and Physical Activity Duration

# Garmin

E-verbruik:  $\pm 2800$  kcal

Lap 4 - 12:39:15



# Vergelijking

- Sensewear – Garmin : verschil 880 kcal

## - Bevestiging van onderschatting

Sensewear, BodyMedia inc.: Johannsen DL, Calabro MA, Stewart J, Franke W, Rood JC, Welk GJ, Accuracy of Armband Monitors for Measuring Daily Energy Expenditure in Healthy Adults, Med. Sci. Sports Exerc., 2010 Apr  
(cfr. Sportstaf 12/05/2010)