

カーボンプレート入りシューズでのランニング

距離	HR	タイム	ピッチ	ストライド	タイミング	接地時間	減速量	スティッフネ
0.50	125	107	179	69	50	266	38	42
0.75	117	68	182	85	46	262	36	42
1.00	126	94	180	70	46	263	38	41
1.25	128	109	182	76	43	261	36	43
1.50	128	106	182	78	36	261	36	44
1.75	119	101	182	75	44	263	33	43
2.00	127	93	182	76	49	258	38	43
2.25	125	102	183	80	46	262	28	43
2.50	127	102	182	78	39	263	30	43
2.75	129	99	185	83	47	256	30	45
3.00	123	104	183	79	47	259	30	45
3.25	129	104	184	78	41	256	30	47
3.50	123	106	184	77	32	257	29	45
3.75	127	93	185	79	46	256	32	46
4.00	124	108	183	75	40	257	34	47
4.25	126	92	182	82	40	262	32	44
4.50	128	98	186	83	42	256	30	46
4.75	128	100	184	81	38	257	28	46
5.00	130	108	185	76	43	257	29	46
5.25	131	104	183	79	46	258	31	45
5.50	130	107	184	77	39	257	32	46
5.75	127	105	184	78	47	260	29	45
6.00	124	109	184	75	41	259	30	48
6.25	125	87	185	76	45	256	31	46
6.50	126	107	183	77	42	259	29	46
6.75	127	112	184	73	31	256	29	46
7.00	125	101	184	81	42	257	26	49
7.25	127	103	185	77	32	253	28	49
7.50	129	106	186	77	41	256	29	49
7.75	128	99	186	76	37	252	33	49
8.00	127	106	186	76	39	252	32	49
8.25	127	107	185	76	41	255	29	49
8.50	125	108	186	75	37	252	29	53

ノーマルシューズでのランニング

距離	HR	タイム	ピッチ	ストライド	タイミング	接地時間	減速量	スティッフネ
0.50	125	117	178	68	30	268	32	38
0.75	125	106	178	80	30	271	28	37
1.00	128	105	179	75	28	268	30	38
1.25	131	95	180	81	42	265	31	38
1.50	134	108	179	73	41	271	28	37
1.75	130	106	178	80	45	271	26	39
2.00	131	107	179	79	46	270	26	39
2.25	132	105	179	80	49	269	25	40
2.50	127	106	179	79	50	270	28	40
2.75	134	109	180	77	43	270	26	38
3.00	128	108	179	78	49	270	24	40
3.25	133	113	179	74	46	269	29	39
3.50	131	104	180	81	45	268	27	40
3.75	130	112	180	75	39	268	25	40
4.00	131	120	178	67	47	274	25	38
4.25	121	47	180	76	48	268	25	38
4.50	127	117	181	71	46	262	32	39
4.75	128	103	180	81	44	264	29	40
5.00	130	101	180	83	44	267	26	39
5.25	132	114	180	74	45	266	29	40
5.50	128	103	180	81	47	268	24	39
5.75	132	109	180	77	44	265	24	41
6.00	131	114	179	73	45	270	26	39
6.25	130	115	178	70	49	272	28	37
6.50	131	109	180	77	47	268	28	40
6.75	129	114	181	72	49	266	27	40
7.00	131	112	181	71	48	268	26	40
7.25	131	120	181	69	46	265	27	40
7.50	126	89	182	75	45	263	27	40
7.75	124	88	183	77	47	258	34	43
8.00	131	107	182	77	47	263	27	41
8.25	123	107	181	75	44	264	29	40
8.50	123	63	182	74	40	263	29	40

ノーマルシューズでのランニング

距離	HR	タイム	ピッチ	ストライド	タイミング	接地時間	減速量	スティッフネ
0.50	127	109	176	77	43	273	34	38
0.75	128	108	176	80	40	272	34	38
1.00	126	102	178	79	45	268	33	39
1.25	129	107	178	79	38	269	32	39
1.50	127	108	178	78	45	272	27	39
1.75	130	107	177	80	44	272	27	39
2.00	126	89	180	82	44	267	32	39
2.25	128	104	179	81	50	269	31	39
2.50	123	111	177	77	40	270	34	40
2.75	107	68	178	81	50	271	31	39
3.00	120	64	182	76	49	264	30	39
3.25	121	85	179	83	48	270	28	39
3.50	119	96	180	82	43	266	31	39
3.75	122	99	179	74	48	268	33	40
4.00	124	113	179	74	48	270	28	40
4.25	122	97	179	83	45	269	28	41
4.50	127	100	181	76	45	264	31	41
4.75	131	106	179	79	46	269	25	40
5.00	126	108	179	78	49	269	27	40
5.25	131	109	180	77	48	269	27	42
5.50	125	99	180	78	46	266	30	41
5.75	124	106	179	79	50	267	30	43
6.00	126	106	180	78	49	265	33	44
6.25	126	104	180	75	49	266	27	41
6.50	125	108	180	78	47	265	32	43
6.75	126	108	180	76	50	266	30	43
7.00	126	105	182	77	49	263	29	45
7.25	124	107	181	77	50	263	29	43
7.50	122	110	181	76	43	265	28	43
7.75	122	111	182	69	45	263	27	44

雪道でのランニング時

距離	HR	タイム	ピッチ	ストライド	タイミング	接地時間	減速量	スティッフネ
0.50	126	101	175	74	42	279	40	33
0.75	137	108	177	76	31	276	37	35
1.00	119	103	177	77	39	276	37	36
1.25	104	84	178	81	42	272	39	35
1.50	127	90	177	74	44	271	38	35
1.75	123	99	177	74	44	273	34	35
2.00	119	98	178	76	43	269	37	36
2.25	126	108	178	77	41	270	36	38
2.50	121	103	180	78	37	267	35	38
2.75	128	101	181	77	41	263	35	38
3.00	130	108	180	74	43	267	33	38
3.25	129	102	181	79	42	264	34	39
3.50	128	99	180	73	35	268	30	39
距離	HR	タイム	ピッチ	ストライド	タイミング	接地時間	減速量	スティッフネ
0.50	132	114	174	72	49	284	31	34
0.75	137	110	175	76	47	281	35	34
1.00	135	110	173	76	48	283	35	35
1.25	129	102	174	80	43	278	39	34
1.50	142	106	174	79	50	277	40	35
1.75	142	115	171	76	43	284	39	34
2.00	140	116	172	76	49	283	37	35
2.25	140	110	172	79	48	281	34	38
2.50	139	119	172	74	48	282	34	36
2.75	141	107	172	81	45	282	37	36
3.00	143	111	172	79	48	279	42	36
3.25	140	109	173	80	47	278	38	36
3.50	135	102	176	79	49	274	34	38
3.75	135	109	175	78	50	275	30	38
4.00	136	105	176	81	43	274	31	39