

コース設定例～1

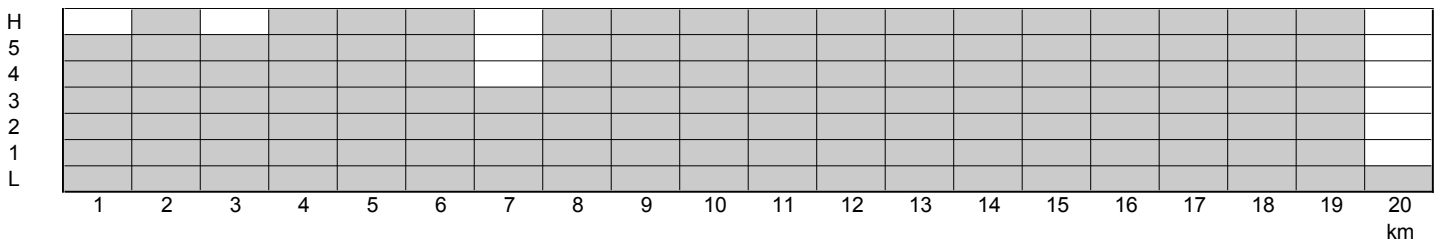
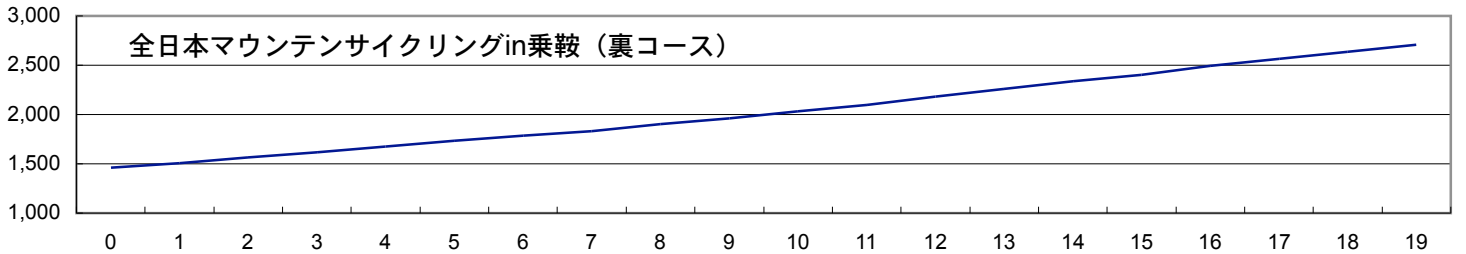
全日本マウンテンサイクリングin乗鞍<裏コース> (全長19.3km/標高差1,251m)

(ルートラボによる解析)

縮尺=100%

ライダー体重+バイク車重=65kg

距離 km	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
標高 m	1,460	1,509	1,567	1,618	1,675	1,731	1,787	1,829	1,900	1,964	2,035	2,098	2,182	2,261	2,336	2,403	2,493	2,563	2,638	2,711
傾斜 %	4.9	5.8	5.1	5.7	5.6	5.6	4.2	7.1	6.4	7.1	6.3	8.4	7.9	7.5	6.7	9.0	7.0	7.5	7.3	
負荷位置	5	H	5	H	H	H	3	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H
ワット																				



※傾斜は区間ごとの平均斜度としています。実際にはもっと細かい間隔で起伏が連なります。

※設定体重にもよりますが、ワットマスターではおおよそ5.5%以上の傾斜は再現できず、すべて「H」での再現となります。それ以上の負荷を再現するには自転車側のギアを重くするなどして、各自で調節をお願いいたします。あらかじめご承知置きください。

コース設定例～2

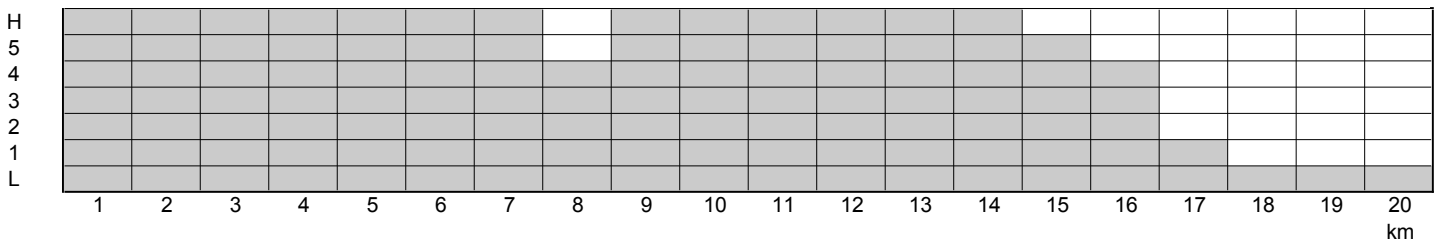
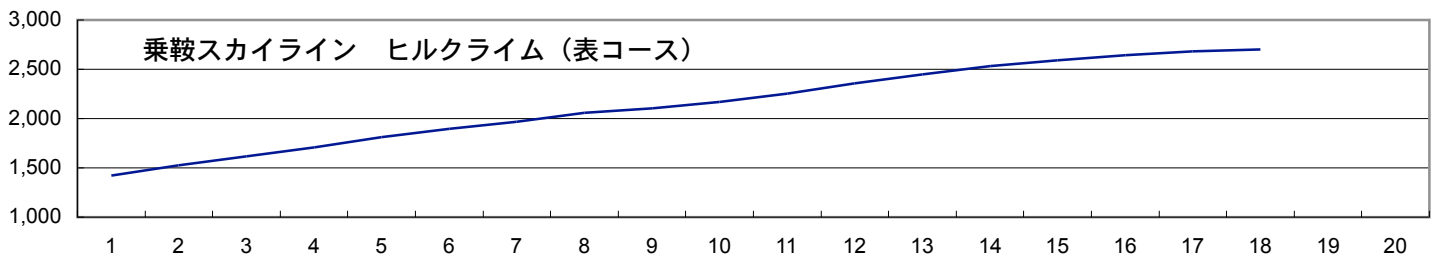
乗鞍スカイライン サイクル・ヒルクライム<表コース> (全長16.6km/標高差1,270m)

(ルートラボによる解析)

縮尺=100%

ライダー体重+バイク車重=65kg

距離 km	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
標高 m	1,423	1,527	1,620	1,705	1,810	1,897	1,970	2,058	2,105	2,166	2,256	2,358	2,451	2,533	2,589	2,640	2,684	2,702		
傾斜 %	10.4	9.3	8.5	10.5	8.7	7.3	8.8	4.7	6.1	9.0	10.2	9.3	8.2	5.6	5.1	4.4	1.8			
負荷位置	H	H	H	H	H	H	H	4	H	H	H	H	H	H	5	4	1			
ワット																				



※傾斜は区間ごとの平均斜度としています。実際にはもっと細かい間隔で起伏が連なります。

※設定体重にもよりますが、ワットマスターではおおよそ5.5%以上の傾斜は再現できず、すべて「H」での再現となります。それ以上の負荷を再現するには自転車側のギアを重くするなどして、各自で調節をお願いいたします。あらかじめご承知置きください。

コース設定例～3

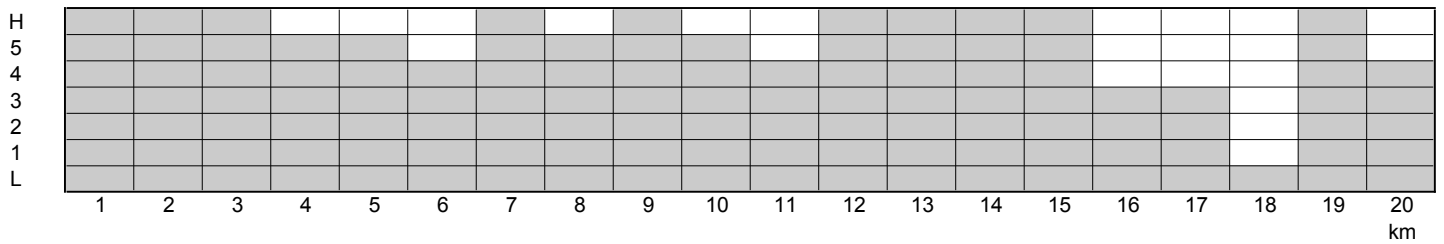
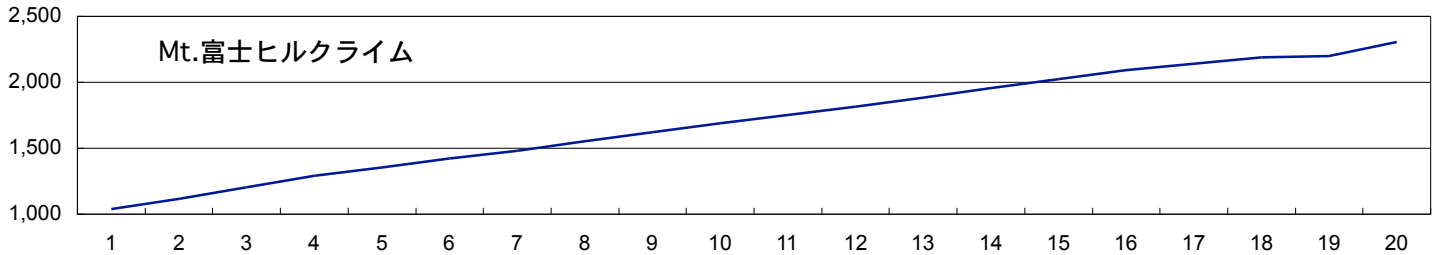
Mt.富士ヒルクライム<富士スバルライン> (全長24.2km/標高差1,268m)

(ルートラボによる解析)

縮尺=80%

ライダー体重+バイク車重=65kg

距離 km	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
標高 m	1,037	1,116	1,205	1,291	1,356	1,421	1,483	1,553	1,620	1,688	1,753	1,816	1,884	1,956	2,025	2,093	2,142	2,190	2,199	2,305
傾斜 %	6.3	7.1	6.9	5.2	5.2	5	5.6	5.3	5.4	5.2	5	5.4	5.7	5.5	5.4	3.9	3.8	0.7	8.4	5.1
負荷位置	H	H	H	5	5	4	H	5	H	5	4	H	H	H	H	3	3	L	H	4
ワット																				



※傾斜は区間ごとの平均傾斜度としています。実際にはもっと細かい間隔で起伏が連なります。

※設定体重にもよりますが、ワットマスターではおおよそ5.5%以上の傾斜は再現できず、すべて「H」での再現となります。それ以上の負荷を再現するには自転車側のギアを重くするなどして、各自で調節をお願いいたします。あらかじめご承知置きください。

コース設定例～4

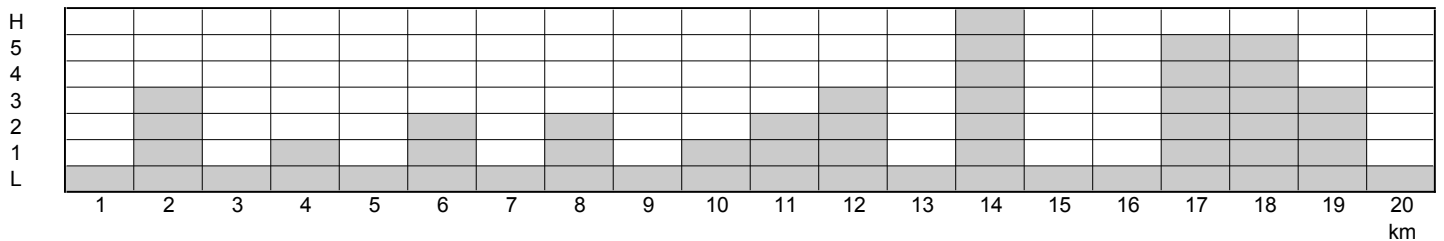
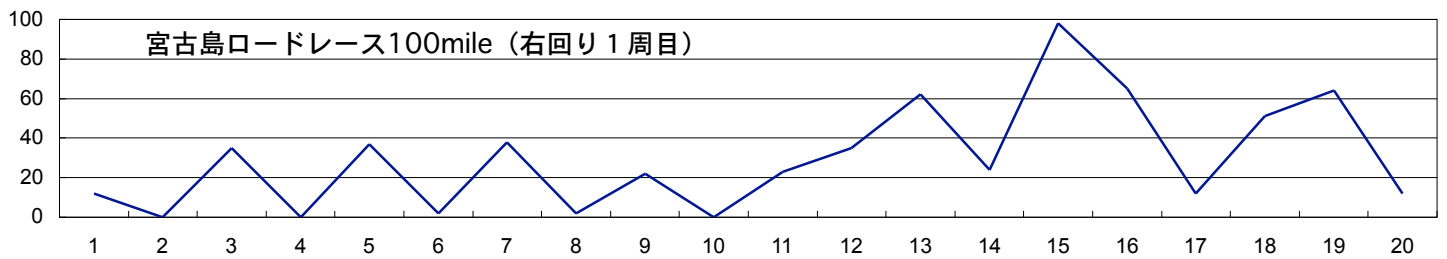
宮古島ロードレース100mile<右回り1周目> (全長100km/標高差98m)

(ルートラボによる解析)

縮尺=20%

ライダー体重+バイク車重=65kg

距離 km	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
標高 m	12	0	35	0	37	2	38	2	22	0	23	35	62	24	98	65	12	51	64	12
傾斜 %	-1.1	3.5	-5.8	1.9	-3.5	2.5	-1.4	2.2	-0.7	1.2	2.2	3.4	-2.6	5.7	-1.0	-1.2	4.9	4.9	4.1	-1.5
負荷位置	L	3	L	1	L	2	L	2	L	1	2	3	L	H	L	L	5	5	3	L
ワット																				



※実際のコースはもっと細かい間隔で多くの起伏があります。上図は全体のコースを20%に縮めた上でフラットにならし、それぞれの坂の代表的な傾斜だけをあてはめた図になります。