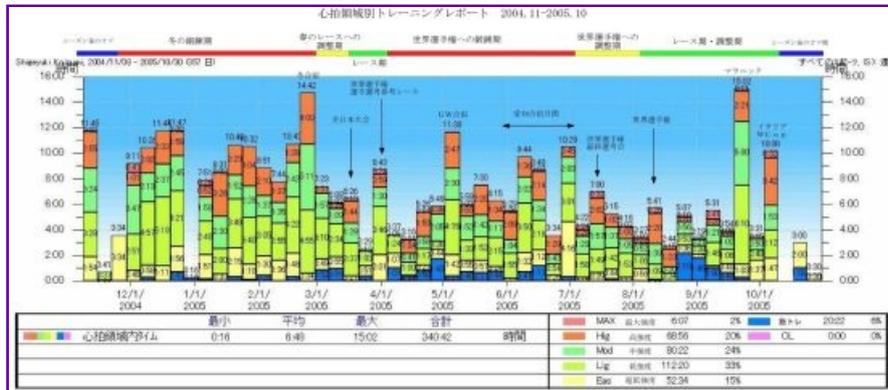


2003-05年トレーニング記録(時間ベース) -- training 2003-05 --

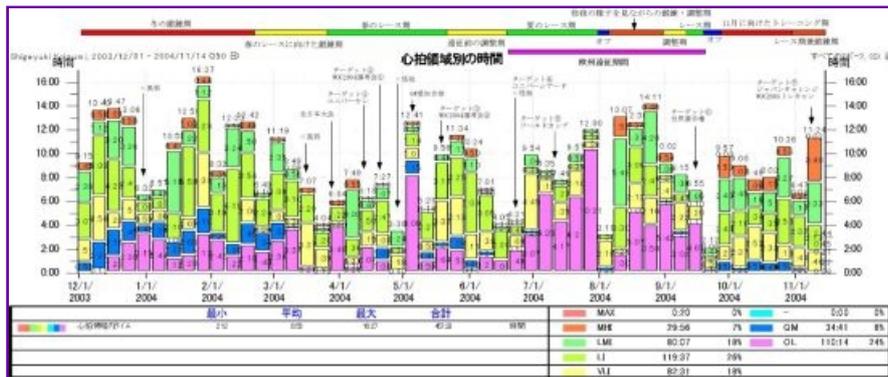
2004-05シーズン トレーニング記録 -- training of 2004-05 --

時間ベース(unit:time)



2003-04シーズン トレーニング記録 -- training of 2003-04 --

時間ベース(unit:time) . 心拍領域は9月までは推定,10月からは測定値 .  
訂正; 誤「春のレースに向けた鍛錬期」→正「春のレースに向けた調整期」



2003シーズン トレーニング記録 -- training of 2003 --

時間ベース(unit:time) . 一部距離ベースから時間を推定 . 心拍領域は推定 .

